



"SITÄ JUST, ETTEI TARVI OLLA YKSIN..."

Yhteisöllisyyden kokemuksia Sepänkodin palvelutalossa

Kirsi Hill

Opinnäytetyö, syksy 2010

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Etelä, Helsinki

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

TIIVISTELMÄ

Hill, Kirsi. ”Sitä just, ettei tarvi olla yksin...” Yhteisöllisyyden kokemuksia Sepänkodin palvelutalossa. Helsinki, syksy 2010. 58 s., 3 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä, Helsinki. Sosiaalialan koulutusohjelma. Sosionomi (AMK).

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Sepänkodin palvelutalon asukkaiden kokemuksia yhteisöllisyydestä. Tutkimuskysymykset olivat seuraavat: Millaisia kokemuksia asukkailla on yhteisöllisyydestä ja miten yhteisöllisyyttä tulisi kehittää.

Tutkimuksen teoreettisessa osassa käsiteltiin sosiaalista pääomaa ja yhteisöllisyyttä sekä niiden vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin. Mielenterveyteen ja mielen-terveyskuntoutumisen taustalla vaikuttavaan lainsäädäntöön perehdyttiin myös tässä opinnäytetyössä.

Tutkimuksessa käytettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Asukkaiden haastatteluiden aineisto kerättiin käyttämällä puolistrukturoitua haastattelulomaketta. Haastattelut järjestettiin keväällä 2010 ja 17 asukasta osallistui niihin. Haastattelut analysoitiin SWOT-analyysimenetelmällä.

Tutkimustulosten perusteella Sepänkodin asukkaat olivat tyytyväisiä yhteisöllisyyteensä. Muutoksia nykyiseen tilanteeseen ei juuri kaivattu. Vastausten perusteella asukkaat toivoivat kuitenkin lisää retkiä, harrastusmahdollisuuksia ja erilaisia tapahtumia. Asukkaat kokivat tarvitsevansa ja myös toivoivat nykyistä enemmän henkilökohtaista huomiota palvelutalon ohjaajilta.

Asukkaiden mielestä parasta yhteisössä olivat oma koti, turvallisuus, rauha ja ystävät. Yhteisöllisyys oli myös mahdollistanut asukkaiden keskinäisen vertaistuen. Ikävimpinä asioina yhteisöllisyydessä mainittiin riidat, huutaminen ja epäystävällinen käytös. Asukkaat toivoivat, että ilmapiiri olisi rauhallisempi, ja että asukkaat kohtelisivat toisiaan ystävällisemmin ja kohteliaammin.

Tutkimuksen tuloksena voidaan todeta, että asukkaat pitivät yhteisöllisyyttä tärkeänä arvona Sepänkodissa ja kokivat sen toteutuvan hyvin. Huomioiden asukkaiden kehittämisehdotukset, voidaan yhteisöllisyyden myönteisiä kokemuksia lisätä ja vahvistaa palvelutalon asukkaiden keskuudessa. Tulosten myötä on mahdollista kehittää toimintaa vastaamaan entistä paremmin asukkaiden toiveita ja tarpeita.

Asiasanat: yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma, mielenterveys, vertaistuki, kvalitatiivinen tutkimus

ABSTRACT

Hill, Kirsi

"I don't have to be alone..." Experiences of communality in Sepänkoti.
58 p., 3 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Autumn 2010.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services.
Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of this thesis was to find out what kind of experiences of communality did the inhabitants of Sepänkoti have? The main questions were: What kind of experiences did the inhabitants have concerning communality and how should the communality be developed?

The theoretical part of the thesis focused on social capital and communality and their effects on people's welfare. Mental health and the legislation of mental health rehabilitation were also inspected in the thesis.

The thesis was conducted by using a qualitative research method. The data was gathered by using thematic interviews. During the spring in 2010, 17 inhabitants took part in the interviews. The interviews were analysed by using SWOT-analysis.

The results showed that the inhabitants in Sepänkoti were satisfied with their communality. They did not expect changes in their everyday life. They hoped for more activities, events and trips. They also hoped for more personal attention paid to them by the leaders of Sepänkoti. The inhabitants placed a high value on home, safety, privacy and friends. It was easy to give peer support to each other because of the communality that existed there. The most negative aspects of communality were arguments, shouting and unfriendly behavior. The inhabitants hoped that the atmosphere were more peaceful in Sepänkoti. They also hoped for friendly and polite treatment in their community.

The results showed that the inhabitants appreciated communality. In their opinion communality worked well in Sepänkoti. It is possible to increase the positive communality in Sepänkoti by taking into account the suggestions for improvements made by the inhabitants themselves. According to the results, it is possible to develop activities based more on the needs and hopes of the inhabitants.

Keywords: communality, social capital, mental health, peer support, qualitative research

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	6
2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ.....	8
2.1 Lilinkotisäätiö.....	8
2.2 Sepänkoti.....	9
2.2.1 Asukkaat.....	10
2.2.2 Henkilöstörakenne.....	12
2.2.3 Yhteistyökumppanit.....	13
3 MIELENTERVEYS.....	15
3.1 Mielenterveyden määrittelyä.....	15
3.2 Mielenterveyskuntoutuminen ja lainsäädäntö.....	16
3.3 Ohjaaminen psykososiaalisena tukena.....	19
3.4 Vertaistuki.....	20
4 YHTEISÖLLISYYS.....	23
4.1 Yhteisö.....	23
4.2 Sosiaalinen pääoma.....	23
4.3 Yhteisöhoidon keskeisiä periaatteita.....	25
4.3.1 Demokraattinen päätöksenteko.....	25
4.3.2 Sallivuus.....	26
4.3.3 Yhteisöllisyys.....	26
4.3.4 Todellisuuden kohtaaminen.....	27
5 TUTKIMUSPROSESSI.....	28
5.1 Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus.....	28
5.2 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset.....	28
5.3 Aineiston keruu.....	29
5.4 Aineiston analysointi.....	31

6 ASUKKAIDEN HAASTATTELUTUTKIMUKSEN TULOKSIA.....	34
6.1 Yhteisöllisyyden sisäiset vahvuudet.....	34
6.1.1 Osallisuus ja voimaantuminen.....	36
6.1.2 Sepänkoti ja henkilökunta.....	37
6.2 Yhteisöllisyyden sisäiset heikkoudet.....	39
6.3 Yhteisöllisyyden ulkoiset mahdollisuudet.....	41
6.4 Yhteisöllisyyden ulkoiset uhat.....	43
 7 POHDINTAA JA JOHTOPÄÄTÖKSIÄ.....	45
7.1 Tulosten tarkastelua.....	45
7.2 Eettisyys.....	47
7.3 Aineiston luotettavuus, validiteetti ja reliabiliteetti.....	49
7.4 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu.....	50
 LÄHTEET.....	54
 LIITTEET.....	56
Liite 1: Haastattelulupa.....	56
Liite 2: Kysymyslomake Sepänkodin asukkaille.....	57
Liite 3: Asukkaiden vastausten avainsanat SWOT-nelikentässä.....	58

1 JOHDANTO

Lilinkotisäätiöön kuuluva Sepänkodin palvelutalo tarjoaa tuettua asumista vaikeasti psyykkisesti sairaille helsinkiläisille asukkaille. Palvelutalon toiminta perustuu yhteisöllisyyteen, jonka tärkeitä periaatteita ovat osallistuminen, jakaminen, vastuullisuus, ystävyys ja luottamus. Asukkaiden ihmisarvon ja yksilöllisyyden kunnioittaminen ovat tärkeitä arvoja palvelutalon toiminnassa. Toimintaa ohjaavia periaatteita ovat asukkaiden omatoimisuuden ja itsemääräämisoikeuden ylläpitäminen ja edistäminen.

Opinnäytetyölläni haluan selvittää palvelutalon asukkaiden kokemuksia ja ajatuksia heidän yhteisöllisestä asumismuodostaan. Tavoitteena on saada selville: miten asukkaat kokevat yhteisöllisyyden, mitä he yhteisöllisyydessä arvostavat ja mitkä yhteisöllisen asumismuodon tekijät ovat heille tärkeitä ja tukevat heitä arjessa. Mitä asukkaat toivovat yhteisölliseltä palveluasumiselta lisää elämälleen? Miten asukkaat kehittäisivät yhteisöllisyyden toimintamuotoja palvelutalossa?

Tausta-ajatukseni on, että yhteisöllisyys voi parhaimmillaan olla suuri voimavara palvelutalon asukkaille ja vahvistaa heidän toimintakykyään ja kokemaansa hyvinvointia. Asukkaiden kuuleminen ja toimintatapojen toteuttaminen asukaslähteisesti vaikuttavat yhteisöllisyyden positiivisten kokemusten syntymiseen. Asukkaiden mielipiteet ovat tärkeitä, jotta tiedettäisiin mitä yhteisöllisyyden muotoja tulisi mahdollisesti kehittää, jotta yhteisöllisyys ei jäisi vain kauniiksi sanaksi ja tavoitteeksi. Parhaassa tapauksessa yhteisöllisyydellä voi olla suuri vaikutus palvelutalon asukkaiden hyvinvointiin ja terveyteen. Tämän vuoksi on tärkeää saada asukkaiden kokemukset ja kehittämis ehdotukset esille.

Opinnäytetyöni aihevalinta perustuu henkilökohtaiseen mielenkiintoni yhteisöllisyyttä ja sen mielenterveyttä ylläpitävää ja edistävää vaikutusta kohtaan. Mielenkiintoni syntymiseen on oleellisesti vaikuttanut sekä yhteiskunnassa käyty

laaja keskustelu yhteisöllisyysteeman ympärillä että työskentelyni sosionomi (AMK)-opintoihini liittyvillä työharjoittelujaksoilla ja työsuhteessa Sepänkodin palvelutalon asukkaiden parissa yli puolentoista vuoden ajan maaliskuusta 2009 marraskuuhun 2010 asti.

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys perustuu yhteisöllisyyden ja. sosiaalisen pääoman käsitteiden tarkasteluun. Tässä opinnäytetyössä perehdytään myös mielenterveyden edistämiseen ja mielenterveyskuntoutumisen taustalla vaikuttavaan lainsäädäntöön.

Opinnäytetyössä käytettyjen Sepänkodin, Långintalon sekä sarjakuvien kuvamateriaalien oikeudet kuuluvat Lilinkotisäätiölle. Pyynnöstä olen saanut luvan käyttää kyseisiä kuvia tässä opinnäytetyössä. Kuvien tarkoituksena on auttaa lukijaa hahmottamaan tutkimuksen kohteena olevaa palvelutaloa. Sarjakuvapuhekuplien teemat kuvaavat mielestäni hyvin elämää ja yhteisöllisyyttä Sepänkodissa, ja tämän vuoksi ovat mukana kuvittamassa tätä opinnäytetyötä.

2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ

2.1 Lilinkotisäätiö

Lilinkotisäätiö on vuonna 2004 perustettu säätiö, jonka tarkoituksena on parantaa psyykkisesti pitkäaikaissairaiden helsinkiläisten asemaa yhteiskunnassa. Säätiö tuottaa palveluasumista ja toimintakykyä ylläpitävää kuntoutusta helsinkiläisille mielenterveyskuntoutujille. Säätiöllä on kuusi palvelutaloa eri puolilla Helsinkiä: Sepänkoti, Pekinkoti, Suutarinkoti, Koskikoti, Viertokoti ja Mäkikoti. Säätiön hallinto ja päivätoimintakeskus sijaitsevat Malmilla. Lilinkotisäätiön keskeinen toimintaa ohjaava periaate on yhteisöllisyys. Säätiön palvelutalot tarjoavat asukkaille turvallisen, kodikkaan ja toimintakykyä ylläpitävän asumismuodon, joissa henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009).

Lilinkotisäätiön toiminta-ajatuksena on sääntöjensä mukaan kehittää ja toteuttaa sosiaalipsykiatrista kuntoutustyötä sekä ehkäisevää mielenterveystyötä helsinkiläisten psykiatrista kuntoutusta tarvitsevien asiakkaiden keskuudessa. Lilinkotisäätiön strategian vuosille 2010–2013 toimintaa ohjaavat arvot ovat yhteisöllisyys, osallisuus, avoimuus, suvaitsevaisuus ja turvallisuus. (Lilinkotisäätiön strategia vuosille 2010–2013.)

Lilinkotisäätiön arvot ja toiminta perustuvat kokonaisvaltaiseen ihmiskäsitykseen. Kokonaisvaltaisen eli holistisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen nähdään fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena kokonaisuutena. Ihmiskäsitys pitää sisällään ne arvot, jotka pidetään tavoiteltavina (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2003, 36).

Lilinkotisäätiössä yhteisöllisyys on arvo sinällään, joka voi toteutua vain suhteessa muihin ihmisiin. Osallisuuden tausta-arvona on vastuullisuus yhteiskunnassa ja ymmärrys osallisuudesta vastaparina syrjäytyneisyydelle ja osattomuudelle. Avoimuuden tausta-arvona on länsimainen demokratia ja kansalaisten oikeus valvoa instituutioita. Suvaitsevaisuuden suhteen toiminta perustuu

hyväksyntään ja toisten ihmisten erilaisuuden ja persoonallisten elämänratkaisujen kunnioittamiseen. Jokaisella on oikeus elää rauhassa ja olla sellainen kuin on riippumatta ulkomuodosta, asemasta, puhetavasta, käyttäytymismuodosta tai arvoista. Turvallisuuteen kuuluu asukkaille turvallisen asuinympäristön tarjoaminen, ja sitä pidetään vapauden toteutumisen edellytyksenä. (Lilinkotisäätiön strategia vuosille 2010–2013.)



Kuva 1. Långintalo

Lilinkotisäätiöllä on päivätoimintakeskus Långintalo Malmilla. Långintalolla pidetään viikoittain erilaisia ryhmiä ja tapahtumia, joihin Lilinkotisäätiön palvelutalojen kaikki asukkaat ovat tervetulleita. Långintalolta tehdään myös paljon retkiä eri kohteisiin ja osallistutaan moniin tapahtumiin. Ryhmien, retkien ja tapahtumien tavoitteena on tukea palvelutalojen asukkaiden toimintakykyä, vahvistaa vuorovaikutustaitoja ja mahdollistaa monipuolinen, virkistävä ja mielenkiintoinen päivätoiminta asukkaille. Palvelutalojen ohjaajat osallistuvat ryhmien pitämiseen ryhmätoimintaa koordinoivan toiminnanohjaajan kanssa.

2.2 Sepänkoti

Sepänkodin palvelutalo sijaitsee Malmilla Sepänmäessä ja on valmistunut vuonna 2002. Sepänkoti käsittää yhteensä 19 yksiötä, kaksi kaksiota ja neljä

yhdeksän hengen ryhmäkotia. Asukkaiden yhteisessä käytössä on kaksi sauna, pyykinpesutilat ja yhteiset tilat. Jokaisella ryhmäkodilla on oma keittiö ja olohuone yhteistä toimintaa varten. Ryhmäkodeissa asuminen on tuetumpaa kuin yksioissa ja kaksioissa asuttaessa. Ryhmäkodin asukkaat pitävät yhteisiä ryhmäkotipalavereita säännöllisesti, joissa sopivat muun muassa yhteisten asioiden ja tilojen hoidosta. Asukkaat viettävät myös päivittäin yhteisen iltapäiväkahvihetken, josta vastaavat vuorollaan. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.)

2.2.1 Sepänkodin asukkaat

Asiakkaita eli asukkaita Sepänkodissa on yhteensä 59. Kaikki palvelutalon asukkaat ovat pitkään psyykkisesti sairastaneita helsinkiläisiä. Lähes kaikki asukkaat sairastavat skitsofreniaa ja heillä on pitkä sairaalahistoria takanaan. Monet asukkaista ovat asuneet esimerkiksi entisessä Nikkilän mielisairaalassa tai eri kuntoutuskodeissa. Sepänkodin asukkaiden nykyinen toimintakyky ja taitojen ylläpitäminen pyritään säilyttämään kuntoutuksella (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.) Asukkaiden tukena ovat palvelutalon ohjaajat, joiden kanssa pyritään toteuttamaan asukkaiden toivomia aktiviteetteja. Yhdessä hoidetaan päivittäisiä tehtäviä niin kodinhoitoon kuin omiin henkilökohtaisiin asioihinkin liittyen.

Osa asukkaista voi paremmin, ja he eivät tarvitse laajamittaista tukea. Toiset pitkään sairastaneet ja matalan toimintakyvyn omaavat tarvitsevat tukea enemmän. Sepänkodin asukkaiden iät vaihtelevat yli 40 vuotta täyttäneistä yli 70 vuoden ikäisiin. Yhteistä asukkaille on vaikea ja pitkäaikainen psykiatrinen sairaus. Kaikki asukkaat ovat myös sairautensa vuoksi sairauseläkkeellä.

Sepänkotiin kuten kaikkiin Lilinkotisäätiön palvelutaloihin voidaan valita 18-vuotta täyttäneitä helsinkiläisiä. Palvelutalojen asukasvalinnat valmistelevat, ja asukkaiden sijoituksesta päättävät, Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden SAS-töyrypari sekä virastojen yhteinen SAS-sijoittaja (SAS=Selvitä-Arvioi-Sijoita). Asukasvalinnan perusteena ovat pitkäaikainen psykiatrinen sairaus ja ympärivuoro-

kautinen tuen tarve. Asuntoja palvelutaloista voi hakea psykiatrisen poliklinikan kautta. Hakemuksen liitteinä tulee olla lääkärin- ja sosiaalityöntekijän lausunnot. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.)

Sepänkodin palvelutalo tarjoaa asukkailleen turvallisen ja kodinomaisesti viihtyisän asumismuodon, jossa toimintakykyä ylläpidetään yhteisöllisyyden periaatteita noudattaen. Palvelutalon toiminta perustuu yhteisöllisyyteen. Käytännössä yhteisöllisyys toteutuu asukkaiden kokouksissa, vastuun kantamisena yhteisistä asioista ja askareista sekä monipuolisessa harrastus- ja retkitoiminnassa. Asukkaita kannustetaan osallistumaan talon ulkopuoliseen toimintaan jaksamisensa ja kykyjensä mukaan esimerkiksi Lilinkotisäätiön omassa päivätoimintakeskuksessa ja Niemikotisäätiön päivä- ja työkeskuksissa. Lilinkotisäätiön päivätoimintakeskus Långintalo tarjoaa päivätoimintaa kaikille Lilinkotisäätiön palvelutalojen asukkaille. Ryhmät kokoontuvat viikoittain tai harvemmin ja tukevat asukkaiden toimintakykyä ja vuorovaikutustaitoja. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.)



Kuva 2. Långintalon päiväkeskus mahdollistaa monipuolisen harrastustoiminnan

2.2.2 Henkilöstörakenne

Henkilökuntaa Sepänkodissa on 24: 19 ohjaajaa, kolme keittiötyöntekijää, kiinteistönhoitaja ja johtaja. Ohjaajat ovat koulutustaustoiltaan lähihoitajia, mielen-terveyshoitajia, sairaanhoitajia ja sosionomeja. Yksi ohjaaja on teologi. Ohjaajat työskentelevät kolmessa vuorossa taaten asukkaille apua ja tukea ympäri vuorokauden. Ohjaajien toimenkuva on kaikilla sama.

Henkilökunnalle on laadittu koulutussuunnitelma, joka mahdollistaa ammatilliseen kehittymisen. Työnantaja järjestää vähintään kaksi kertaa vuodessa koko henkilökunnalle tarkoitettuja koulutuspäiviä. Lisäksi on mahdollisuus henkilökohtaisen kiinnostuksen mukaiseen koulutukseen. Henkilökunnan keskuudesta on valittu jäsenet koulutustoimikuntaan, joka suunnittelee ja järjestää koulutusta työntekijöiden tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Johtaja pitää työntekijöille vähintään kerran vuodessa kehityskeskusteluja ja työntekijät ovat myös sitoutuneet säännölliseen työryhmän työnohjaukseen. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.)

Sepänkodin asukkaille on nimetty omaohjaajat. Ohjaajan tehtävänä on ohjata ja avustaa asukkaita kaikissa arkielämään ja asumiseen liittyvissä asioissa, kuten kodinhoidossa, vaatehuollossa, oman terveyden- ja hygienianhoidossa sekä ostosten ja muiden asioiden hoitamisessa. Jos omaohjaaja ei ole työvuorossa, niin asukkaan asioita hoitaa ryhmäkodissa työskentelevä toinen ohjaaja. Henkilökunta ja asukkaat suunnittelevat ja kehittävät yhdessä asukkaiden toiveiden mukaisia ja toimintakykyä ja elämänlaatua edistäviä palveluita ja toimintoja. Asukkaiden omatoimisuuden vahvistaminen on toiminnan lähtökohtana ja toiminta on asukaslähtöistä. (Lilinkotisäätiön asumispalvelun laatuvaatimukset 2005.)

2.2.3 Yhteistyökumppanit

Sepänkodilla on paljon yhteistyökumppaneita sosiaali- ja terveysalan palvelujärjestelmässä ja kolmannessa sektorissa. Aukkaiden omaisten ja läheisten kanssa tehdään myös aktiivista yhteistyötä. Omaisten ryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa ja siellä on mahdollista jakaa kokemuksia, saada vertaistukea, suunnitella toimintaa ja saada tietoa sairaudesta. Yhteistyötä tehdään myös Omaiset mielenterveystyön tukena-yhdistyksen kanssa. Terveysaseman lääkäriin ja terveydenhoitajan palveluita asukkaat käyttävät runsaasti. Psykiatrisen poliklinikan psykiatri käy Sepänkodissa pitämässä vastaanottoa joka toinen viikko. Hän vastaa asukkaiden psyykkisestä kunnosta ja lääkehoidosta. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.)

Toisinaan asukkaat tarvitsevat myös sairaalahoidtoa. Auroran sairaalassa on ympärivuorokautinen päivystys ja sairaalassa on osasto sovittuja hoitoja ja periodijaksoja varten. Apteekin kanssa tehdään viikoittaista yhteistyötä. Palvelutalot pyrkivät myös verkostoitumaan muiden sosiaalipsykiatrista kuntoutusta toteuttavien tahojen ja asiantuntijoiden kanssa. Asukkaille, jotka eivät itse pysty hoitamaan raha-asioitaan, on määrätty edunvalvoja. Edunvalvojana voi toimia omainen tai maistraatin määräämä taho. Malmin sosiaalipalvelutoimiston kautta hoidetaan toimeentulotukiasiat, välitystili, taksikortit ja asukasmaksupäätökset. Kela hoitaa asukkaiden etuudet, joita ovat asumistuki, hoito- tai korotettu hoitotuki, lääkekattokorvaukset, kuljetustuki ja eläkkeet. Jatkuva yhteistyötä on myös eri oppilaitosten kanssa työharjoittelujen ja näyttökokeiden järjestämisen suhteen. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdytysopas 2009.)

Osa Sepänkodin asukkaista käy Niemikotisäätiön päivä- ja työkeskuksissa kuten Auroran toimintakeskuksessa, Tuulimyllyssä, Malmin päiväkeskuksessa ja Mieli töihin -projektissa. Klubitalo ja seurakunta ovat myös yhteistyökumppaneita sekä palvelutalossa vieraileva jalkahoitaja, hieroja ja kampaaja. (Lilinkotisäätiön palvelutalojen perehdyttämisoas 2009.)



Kuva 3. Sepänkodin palvelutalo



Kuva 4. Sepänkodin ruokailusali

Sepänkodin ruokailusalissa vietetään paljon palvelutalon yhteisiä tapahtumia. Jokaisen viikon alussa pidetään ruokailusalissa asukkaiden ja henkilökunnan yhteinen yhteisöpalaveri, jossa käydään läpi tulevan viikon ohjelma. Palaverissa asukkailla on mahdollisuus esittää yhteisöön liittyviä kysymyksiä ja toiveidensa mukaan esimerkiksi lausua runoja tai esittää yksinlaulua.

3 MIELENTERVEYS

3.1 Mielenterveyden määrittelyä

WHO:n (World Health Organisation) määritelmä mielenterveydestä:

Mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa yksilö ymmärtää omat kykynsä, pystyy toimimaan elämän normaalistressissä, pystyy työskentelemään tuottavasti tai tuloksellisesti, ja pystyy toimimaan yhteisönsä jäsenenä. Psykkisellä pahoinvoinnilla tarkoitetaan mielenterveyden ongelmia ja psyykkistä rasittuneisuutta, ahdistuneisuuteen ja oireisiin liittyvää toimintakyvyn alenemista sekä diagnosoitavissa olevia mielenterveyden häiriöitä. (Nordling & Toivio 2009, 308.)

Mielenterveys (mental health) voidaan nähdä psyykkisiä toimintoja ylläpitävänä voimavarana, jota jatkuvasti sekä keräämme että käytämme ja jonka avulla ohjaamme elämäämme. Mielenterveyden olemuksen ymmärtäminen edellyttää tietoa siitä, mikä on mielenterveyden kannalta poikkeavaa ja mikä normaalia. Tietoa tulee olla myös sen suhteen, mikä voisi olla ihanteellinen mielenterveys, miten mielenterveys ilmenee keskimäärin ihmisten elämässä ja mistä eri tekijöistä kaiken aikaa muuttuva mielenterveys on riippuvainen. Terveen ja mielenterveydeltään häiriintyneen rajaa määritetään selvittämällä henkilön kykyä huolehtia itsestään, sosiaalista sopeutumista sekä mielenterveyden häiriintymiseen viittaavien oireiden esiintymistä. Raja normaalin ja mielenterveydeltään häiriintyneen välillä on aina suhteellinen. Se on sopimuksenvarainen myös silloin, kun diagnoosi perustuu selvästi ilmaistuihin kriteereihin. (Lehtonen & Lönnqvist 2007, 26–27.)

Hyvän mielenterveyden tunnusmerkkejä ovat rakkaus ja toisista välittäminen, kyky ja halu ihmissuhteisiin, vuorovaikutukseen sekä henkilökohtaiseen tunteilmaisuuksiin. Yhtä oleellista on myös kyky sosiaalisesti osallistumiseen, työnteeseen ja oman edun valvontaan. Vaikeuksien kohdatessa työskentely niiden voittamiseksi, ahdistuksen riittävä hallinta, menetysten kestäminen ja valmius elämän muutoksiin ovat myös tärkeitä taitoja. Perustava merkitys on todellisuuden-

tajulla, jotta osaamme erottaa ulkoisen todellisuuden ja oman ajatusmaailmamme stressin ja vaikeiden elämäntilanteiden keskellä. Myös hyvin kehittynyt identiteetti ja sosiaalinen itsenäisyys ovat keskeistä. Yksilöllisellä luovuudella on myös tärkeä osuutensa muun muassa paranemisprosessissa. Hyvää mielenterveyttä kuvaa eräänlainen psyykkinen kimmoisuus ja kyky suojautua haitallisilta tekijöiltä vaikeissakin olosuhteissa. (Lehtonen & Lönnqvist 2007, 28.)

Mielenterveyden edistämisellä tarkoitetaan sellaista toimintaa, jolla aktiivisesti vaalitaan hyvää mielenterveyttä vahvistamalla sitä edistäviä tekijöitä ja vähentämällä niitä, jotka vahingoittavat tai heikentävät yksilöiden ja yhteisöjen psyykkistä terveyttä. Mielenterveys nähdään usein muuttuvana voimavarana, joka elämän eri vaiheissa uusiutuu tai kuluu. Positiivista mielenterveyttä pidetään tavoiteltavana asiana, selviytymiseen liittyvänä taitona sekä kyvykkyytenä selviytyä elämässä. Tutkijat ovat selvittäneet monia mielenterveyteen suotuisasti vaikuttavia tekijöitä, mutta myös riskitekijöitä. Sekä suojaavat että riskitekijät voivat olla joko ympäristöön tai yksilöön liittyviä. (Nordling & Toivio 2009, 308.)

Sosiaalisen pääoman käsite liittyy mielenterveyden edistämiseen. Sille on ominaista yhteisen hyvän tavoittelu tai yhteisesti tärkeäksi koettuun päämäärään pyrkiminen. Käytännössä sosiaalinen pääoma koostuu sosiaalisista verkoista, keskinäisestä luottamuksesta, yhteistoiminnasta ja yhteisön jäsenten keskinäisestä solidaarisuudesta. Sosiaalisella pääomalla on paljon yhteyksiä myönteisiin asioihin, kuten yhteisvastuuseen, parantuneeseen mielenterveyteen ja vähentyneeseen rikollisuuteen. (Nordling & Toivio 2009, 309.)

3.2 Mielenterveyskuntoutuminen ja lainsäädäntö

Tässä kappaleessa käsitellään mielenterveyskuntoutumisen taustalla vaikuttavaa lainsäädäntöä. Mielenterveystyötä tekevän ammattilaisen on hyvä olla tietoinen ja perehtynyt niihin lakeihin, joilla turvataan mielenterveyskuntoutujan oikeudet. Suomi on hyvinvointiyhteiskunta, jossa heikoimmassa asemassa olevien oikeusturva taataan lainsäädännöllä. Sosionomin (AMK) palvelujärjestelmäosaamiseen kuuluu hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta tukevien palvelu-

järjestelmien ja niihin liittyvän juridisen säädöspohjan ja tietojärjestelmien tunteminen sekä taito soveltaa niitä (Pentikäinen 2010).

Perustuslain (731/1999) mukaan yhteiskunnalla on velvoite huolehtia kaikista jäsenistään ja sosiaali- ja terveysala toteuttaa tätä velvoitetta. Sosiaali- ja terveysalalla ja julkisen sektorin toiminnassa toiminnan laillisuus ja lainsäädäntö ovat tärkeitä. Laissa sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000, 4 §) tuodaan esille asiakkaan oikeus hyvään sosiaalihuoltoon ja hyvään kohteluun. Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992, 3 §) vahvistaa potilaan oikeuden hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon ja siihen liittyvään kohteluun.

Sosiaalihuollon tuottajalla on velvollisuus tuottaa laadukasta sosiaalihuoltoa ja asianmukaista kohtelua ilman syrjintää. Toteutettaessa sosiaalihuoltoa on otettava huomioon asiakkaan mielipide, toivomukset, etu ja yksilölliset tarpeet. Palvelua tulee saada omalla äidinkielellä kulttuuritausta huomioiden. Asiakkaalle on selvitettävä hänen oikeutensa ja velvollisuutensa sekä erilaiset vaihtoehdot ja vaihtoehtojen vaikutukset sosiaalihuollon henkilöstön toimesta. Asiakkaalla on oikeus palvelu-, hoito-, kuntoutus- tai muuhun vastaavaan suunnitelmaan ellei kyseessä ole tilapäinen neuvonta. Asiakkaalla on myös oikeus osallistua ja vaikuttaa hoitonsa suunnitteluun ja toteuttamiseen. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000, 4–5 §, 7–8 §.)

Jokaisella pysyvästi Suomessa asuvalla on oikeus terveydentilansa edellyttämään terveyden- ja sairaanhoitoon ilman syrjintää. Laadultaan hoidon tulee olla hyvää ja hoito on oltava sellaista, että se ei loukkaa potilaan ihmisarvoa tai hänen vakaumustaan. Potilaan yksityisyyttä tulee myös suojella. Hoidon on tapahduttava yhteisymmärryksessä potilaan kanssa. Mikäli potilas ei mielenterveyshäiriön tai muun syyn vuoksi pysty päättämään hoidosta, on asiakkaan edustajaa tai lähiomaista kuultava ennen hoitopäätöksen tekemistä. Tällä varmistetaan parhaiten potilaan edunmukainen hoito. Potilasta voidaan hoitaa myös tahdosta riippumatta. Mielenterveyslaki (1116/1990) ja Päihdehuoltolaki (41/1986) säättävät erikseen potilaan tahdosta riippumattomasta hoidosta. (Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 785/1992, 3–6 §.)

Mielenterveyspalveluita on järjestettävä kunnassa sisällöltään ja laajuudeltaan siinä mittakaavassa, missä kunnan alueella tarvetta esiintyy. Avopalvelut ovat ensisijaisia ja oma-aloitteista hakeutumista hoitoon tuetaan. Mielenterveyspalvelujen antaminen vaatii toimivaa työnohjauksen järjestelmää. Mielenterveyshäiriötä omaavalle henkilölle on palveluiden ja hoidon ohella tarjottava yhteistyössä sosiaalitoimen kanssa hänen tarvitsemaansa sosiaalista tai lääkinnällistä kuntoutusta ja siihen liittyvää tuki- ja palveluasumista, kuten siitä on erikseen säädetty. Henkilö voidaan määrätä tahdosta riippumattomaan psykiatriseen sairaalahoitoon vain, jos hänet todetaan mielisairaaksi ja hoitoon toimittamatta jättäminen pahentaa hänen mielisairautta, vakavasti vaarantaisi terveyttä tai turvallisuutta ja jos mitkään muut mielenterveyspalvelut eivät sovellu asiakkaalle tai ovat riittämättömiä hänelle. (Mielenterveyslaki 1116/1990, 4–5 §, 8–9 §.)

Kansaneläkelaitos järjestää ja korvaa kuntoutusta sekä turvaa kuntoutujan toimeentuloa kuntoutuksen aikana. Kansaneläkelaitoksen tehtävänä on järjestää vajaakuntoisten ammatillista kuntoutusta, vaikeavammaisten lääkinnällistä kuntoutusta ja harkinnanvaraista kuntoutusta. (Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 566/2005.)

Kunnan on huolehdittava kuntoutuksen asiakasyhteistyöryhmän toiminnasta asianmukaisesti kunnan alueella. Yhteistyöryhmän tehtävänä on laissa mainittujen viranomaisten, yhteisöjen ja laitosten yhteistyömuotojen kehittäminen sekä periaatteista ja menettelytavoista sopiminen. Yhteistyöryhmän tehtävänä on myös edistää, seurata ja suunnitella asiakkaiden kuntoutuksen toteutumista heidän etunsa mukaisesti. Yhteistyöryhmän toimenkuvaan kuluvat myös yksittäisten kuntoutujien asioiden käsittely, sekä arvioinnissa ja palveluiden suunnittelussa, kuntoutujan kuntoutumistarvetta vastaavien ratkaisujen etsiminen. Kuntoutujalla on oikeus saada kuntoutuksen yhteistyötä koskevat asiat käsiteltäviksi kuntoutuksen asiakastyöryhmässä. Käsiteltäessä yksittäisen kuntoutujan asioita yhteistyöryhmässä, on siihen oltava kirjallinen suostumus kuntoutujalta. Kuntoutujalla on oikeus yhteistyöhön sellaisen henkilön kanssa, joka on perehtynyt kuntoutukseen. (Laki kuntoutuksen asiakasyhteistyöstä 497/2003, 5 §, 7 §, 8–10 §.)

Yhteistyötoimikunnan tehtävä on alueellisella tasolla suunnitella, edistää ja seurata sosiaali- ja terveydenhuollon viranomaisten, Kansaneläkelaitoksen ja työvoima- ja opetusviranomaisten ja muiden yhteisöjen ja laitosten yhteistyötä. Alueellisen toimikunnan on myös huolehdittava paikallisten yhteistyöryhmien työn edistämisestä ja tarvittaessa järjestettävä koulutusta ja ohjausta. Valtakunnallinen laki yhteistyöstä velvoittaa asettamaan kuntoutusasian neuvottelukunnan neljäksi vuodeksi kerrallaan. Tämän tehtävänä on kehittää, ohjata ja yhteensovittaa viranomaisten, yhteisöjen ja laitosten yhteistyötä. (Laki kuntoutuksen asiakasyhteistyöstä 497/2003, 13–14 §.)

3.3 Ohjaaminen psykososiaalisena tukena asukkaiden arjessa

Skitsofreniaa sairastavilla on usein kognitiivissa taidoissa, esimerkiksi tarkkaavaisuudessa, keskittymisessä, työmuistissa ja toiminnanohjauksessa puutteita. Kognitiivisten taitojen harjoittelua on suositeltu liitettäväksi osaksi hoitoa ja kuntoutusta. Viimeaikaisten tutkimusten mukaan kognitiivisia puutteita voidaan korjata. Harjoitusmuotoja, joilla on voitu saavuttaa pysyviä parannuksia taidoissa ovat toimintastrategian verbalisointi, mahdollisimman vähän virheitä tuottavien oppimistekniikoiden käyttö ja oppimisen tukeminen niin, että oppiminen etenee hyvin pienin askelin helpommasta vaikeampaan. Magneettikuvauksen avulla on voitu havaita aivojen aktivoinnin muutoksia työmuistin alueella. (Toivio & Nordling 2009, 127–128.)

Ohjauksen ja avustamisen lähtökohtana on, että joko opitaan uusia taitoja, opitaan vanhat taidot uudelleen harjoituksen avulla tai opitaan uusi tapa selviytyä. Ohjauksessa ja avustamisessa edetään helpommasta vaikeampaan, yksinkertaisesta monimutkaisempaan ja avustetusta itsenäiseen suoritukseen. Harjoitukset tulisi liittää käytännön tilanteisiin ja suorittaa silloin, kun toimet normaalisti myös tehtäisiin. Esimerkiksi vaatteiden pukemista harjoitetaan aamulla ja riisumista illalla. Ohjauksessa tulee ottaa huomioon kuntoutujan voimavarat, motivaatio, hänen tavoitteensa, oppimiskyky, muisti, tavat ja asenteet. (Kettunen ym. 2003, 229.)

Psykososiaalisen tuen antamisen lähtökohtana on edistää kuntoutujan toiminnan mahdollisuuksia ja voimavaroja. Tukeminen kohdistuu sekä yksilöön että hänen toimintaympäristöönsä. (Kettunen ym. 2003, 79.) Sepänkodissa tätä tukemista toteutetaan muun muassa ohjauksen avulla, joka vaihtelee yksilöllisesti asukkaan toimintakyvyn mukaan, sekä kohdistuu yksilötason lisäksi myös yhteisöllisesti kaikkiin asukkaisiin tai vain tietyn ryhmäkodin asukkaisiin asiayhteydestä riippuen. Asukkaiden sairauden oireiden ja toimintakyvyn mukaan ohjausta annetaan kaikissa hyvinvointia ja itsenäistä suoriutumista vahvistavissa tehtävissä. Tätä varten jokaiselle asukkaalle on suunniteltu viikko-ohjelma, jota toteutetaan käytännössä päivittäin. Eri asukkaiden päivittäiset tehtävät ja asiat, joissa he tarvitsevat ohjausta, on räätälöity asukkaan toimintakyky huomioiden.

Toivo on keskeinen osa kuntoutumisen prosessia, sekä sen käynnistymis- että etenemisvaiheessa. Kun toivo ymmärretään kuntoutusprosessin keskeisimpänä tekijänä, uskotaan jokaisen ihmisen kasvun ja kuntoutumisen mahdollisuuksiin. Toivo paremmasta, kuntoutuksen tilastollisesta todennäköisyydestä huolimatta, on jokaisen kuntoutusintervention ytimessä. Toivo on kuntoutumisen kannalta välttämätöntä, mutta se ei yksin riitä. Toivon lisäksi tarvitaan konkreettisia keinoja ja tapoja tehdä toivo eläväksi. (Koskisuus 2004, 53.)

Skitsofreniasta on mahdollista selvitä ja palata takaisin normaaliin yhteiskuntaan sekä perhe- ja työelämään, vaikka yksiselitteistä ja kaikille sopivaa kuntoutus- tai hoitomuotoa ei ole löydetty. Yksilölliset kasvukertomukset vahvistavat näkemystä, että jokaiselle skitsofreniaa sairastavalle pitäisi räätälöidä oma juuri hänelle sopiva kuntoutusmuoto tai ohjelma. Skitsofreniasta kuntoutumiseen tarvitaan työtä, aikaa, kärsivällisyyttä ja muutos tapahtuu pienin askelin. Kuntoutuminen edellyttää muutosta elämään ja elämäntapoihin ja muutos vie aina aikaa. (Rissanen 2007, 26.)

3.4 Vertaistuki

Vuorovaikutussuhteissa on mahdollista saada monenlaista elämässä tarpeellista kuten henkistä tukea, aineellista tai muuta konkreettista apua eri tilanteissa

sekä luoda uusia ihmissuhteita. Sosiaalinen tuki saa ihmisen uskomaan, että hänestä huolehditaan ja pidetään, ja että joku on valmis kuuntelemaan, ymmärtämään ja osoittamaan hänelle huomiota. Tuki aikaansaa sosiaalista yhteenkuuluvuutta, mikä pohjautuu yhteiseen tietojen jakamiseen ja ohjeiden ja neuvojen tavoitettavuuteen avun tarpeen ilmaantuessa. Tuen avulla ihminen on samalla myös toisten palautteen ja arvioinnin kohteena. Myönteinen suhtautuminen saa ihmisen helpommin arvostamaan itseään, kun ryhmäkin on hyväksynyt. Ryhmän jäsenten vertaiskokemusten kuuleminen ja näkeminen myös vahvistaa ja ylläpitää omia odotuksia omasta selviytymisestä. (Pöyhönen 2003, 56.)

Sosiaalinen tuki edistää terveyttä ja hyvinvointia, koska se vastaa ihmiselle tärkeisiin turvallisuuden, liittymisen, hyväksynnän ja tunnetason tarpeisiin. Samalla itseluottamus ja itsenäisen elämän hallinta saa tilaa kehittyä. Mielenterveyskuntoutuja on usein elämässään joutunut tilanteeseen, jossa on kokenut sosiaalisen tuen puutetta ja jääneensä jopa aivan yksin ahdistuksensa ja ongelmiansa keskelle. Pitkään jatkuessaan se on monien muiden altistavien tekijöiden kanssa saanut ihmisen henkisen kestäkyvyn pettämään ja oireilun alkamaan. (Pöyhönen 2003, 56.)

Sosiaalinen tuki voi vähentää tai eliminoida elämänmuutosten hyvinvointia ja terveyttä vaarantavia vaikutuksia. Tuki voi olla joko suoraan, konkreettisesti vaikuttavaa ja tilannetta muuttavaa, pehmentävää tai auttavaa. Pehmentävän vaikutuksen merkitys perustuu siihen, että tuki vähentää yksilöä stressaavien tekijöiden kielteisiä vaikutuksia. Tärkeä merkitys on myös sillä, että vuorovaikutussuhteessa koetaan vastavuoroisuutta eli siinä on mahdollista sekä saada että antaa tukea toinen toiselleen. (Pöyhönen 2003, 57.)

Kuntoutumisen kannalta kuntoutujalle on tärkeä sosiaalisen verkoston osa kuntoutujan vertaisryhmä ja siltä saatu vertaistuki. Saman läpikäynyt tai samassa tilanteessa oleva ihminen ymmärtää yleensä parhaiten, miltä kuntoutujasta tuntuu ja mitä hän kokee tilanteessa. Oman kokemuksen perusteella on yleensä helpompi suhtautua kuntoutujaan ja tarjota apua. Vertaisryhmän jäseniltä voi saada sellaisia neuvoja ja vihjeitä arkielämän tilanteisiin, joita ammattiauttajat

eivät osaisi tarjota. Vertaisryhmän jäsenet voivat myös yhdessä kehittää käytännön ratkaisuja. (Kettunen ym. 2009, 74.)



4 YHTEISÖLLISYYS

4.1 Yhteisö

Yhteisö voidaan käsittää alueellisesti rajattavissa olevana yksikkönä, joka sisältää sosiaalisen vuorovaikutuksen, yhteenkuuluvuuden, tunteet, ja muut symbolista yhteisyyttä osoittavat ilmiöt. Kun ihmiset asuvat yhdessä, toimivat yhdessä ja tai ajattelevat tietyistä asioista samalla tavoin, on kyseessä yhteisö. Nämä kriteerit ovat perin yleisiä ja tunnusmerkeillä voidaan viitata ilmiöön, jonka vaihteluväli on todella laaja. (Lehtonen 1990, 17–18.)

Pelkkä yleinen viittaaminen tilaan, sosiaaliseen vuorovaikutukseen tai yhteenkuuluvuuteen ei auta yhteisön käsitteen täsmentämisessä. Jollain tavoin tulee myös määritellä se alueellisen laajuuden leikkauspiste, jossa yleinen yhteisyys muuttuu laadullisesti erityiseksi yhteisöksi. Täsmäntäminen edellyttää myös, että voidaan määritellä mitkä sosiaalisen vuorovaikutuksen muodot kaikista mahdollisista vuorovaikutuksen muodoista ovat yhteisölle tyypillisiä. Tai tulisi osoittaa ne ehdot, joilla symbolinen yhteisyys hyväksytään yhteisömuotona. (Lehtonen 1990, 17–18.)

Vaikka yhteisön tarkka määrittely on vaikeaa, niin mielikuva ”hyvästä” yhteisöstä on yleisesti tunnettu. Tällaisesta yhteisöstä on kysymys, kun ihmiset ovat liittyneet yhteen ja ryhtyneet yhteistoimintaan elinehtojensa parantamiseksi samalla, kun päätösvalta toiminnasta ja käytössä olevista toimintaresursseista on yhteisöllä, jonka hallintaan kaikki yhteisön jäsenet osallistuvat jäsenyytensä myöntämällä oikeutuksella. (Lehtonen 1990, 29.)

4.2 Sosiaalinen pääoma

Aristoteleen mukaan ihmisen päämääränä on pyrkiminen onneen, mikä nykykielellä tarkoittaa hyvinvointia tai (mielen)terveyttä tai hyvää elämää. Aristoteles lähestyi yhteisöllisyyden käsitettä määritellessään ystävinä henkilöt, jotka koke-

vat ja tuntevat samalla tavalla ja painottavat aktiivisen toiminnan merkitystä ihmisen hyvinvoinnin saavuttamisessa ja säilyttämisessä. (Hyypä 2003, 87.) Aristoteles kutsui ihmisten keskinäistä yhteenkuuluvuutta luonnolliseksi laumahengeksi, jota nyt vuosituhannen vaihduttua kutsutaan sosiaalseksi pääomaksi (Hyypä 2002, 48).

Sosiaalisen pääoman käsitteellä on operoitu yli sata vuotta. Yhteisöllisyyttä kutsuttiin sosiaalseksi pääomaksi ensi kerran 1900-luvun alussa, jolloin se kytkettiin koulumenestykseen. Amerikkalainen politiikan tutkija Robert. D. Putmanin mukaan Lyda Hudson Hanifanin Länsi-Virginiasta on määritelmän ensimmäinen kirjoittaja. Hanifanin pyrkimyksenä oli uudistaa maaseutuyhteisöjen koululaitosta. Hän käytti sosiaalisen pääoman käsitettä vuonna 1916 tarkoittaen tällä ihmisten keskinäistä hyvää tahtoa sekä yksilöiden ja perheiden sosiaalista vuorovaikutusta. (Hyypä 2002, 48.)

Robert Putnamin mukaan sosiaalisella pääomalla on hyvin laajoja hyvinvointipoliittisia vaikutuksia. Putmanin mukaan sosiaalinen pääoma helpottaa kollektiivisten ongelmien ratkaisemista. Luottamus järjestelmien toimivuuteen ja toisiin kansalaisiin auttaa muun muassa yleishyödykkeisiin liittyvien ongelmien ratkaisussa. Sosiaalinen pääoma ehkäisee vapaamatkustamista, sillä se saa yksilöt mukautumaan kollektiivisesti hyödyllisiin ratkaisuihin sen sijaan että tavoiteltaisiin lyhyellä tähtäimellä yksilön etua. (Ruuskanen 2002, 7.)

Putmanin mukaan sosiaalinen pääoma on yhteisön toimintaa helpottava sosiaalinen voiteluaine: kun ihmiset ovat usein tekemisissä toistensa kanssa ja keskinäinen luottamus toimii, niin sosiaalinen vuorovaikutus helpottuu. Sosiaalinen pääoma auttaa ihmisiä ymmärtämään, että he ovat pohjimmiltaan riippuvaisia toisistaan. Osallistuvat ihmiset ottavat myös muut huomioon tekemisissään. He ovat myös vähemmän kyynisiä ja empaattisempia toisten murheille. Sosiaalinen pääoma mahdollistaa myös paremman informaation kulun, mikä auttaa päämäärien saavuttamisessa. Tämän lisäksi sosiaalisella pääomalla on biologisia ja psykologisia vaikutuksia, jotka parantavat ihmisten elämänlaatua ja terveyttä. (Ruuskanen 2002, 7.)

James J. Colemanin mukaan sosiaalinen pääoma lisää tuottavaa toimintaa: ”ryhmä, jossa on paljon luotettavuutta ja luottamusta, saa enemmän aikaan kun ryhmä, jossa sitä ei ole”. Sosiaalista pääomaa voidaan käyttää myös yhteisiä normeja ja arvoja vastaan esimerkiksi rikollisessa toiminnassa. Arvomaailma, jossa toimitaan ja joka määrää toiminnan suunnan, on toiminnan tulosta ennustettaessa otettava huomioon. Sosiaalista pääomaa voidaan käyttää eri tarkoituksiin. Pääoma itsessään ei ole hyvää tai pahaa, taustalla oleva arvo ja käyttö tarkoitus määrittelee sen arvon. (Pulkkinen 2002, 38, 41.)

4.3 Yhteisöhoiton keskeiset periaatteet

Yhteisöistä ja asiakkaiden laadusta johtuen jokainen yhteisö joutuu sopimaan ja määrittelemään omat periaatteensa. Yhteisöhoitossa joudutaan jatkuvasti liikkumaan periaatteiden ja niiden arkipäivään soveltamisen ongelmallisessa kentässä. Käytäntö pakottaa tarkistamaan periaatteita, joiden yhdenmukainen tulkinta ja noudattaminen vaativat jatkuvaa yhteistä keskustelua niin henkilöstökuin yhteisökokouksissakin. Murto esittää teoksessaan Yhteisöhoiton suuntauksia hyvän hoitoyhteisön periaatteet, jotka Robert Rabbort on tiivistänyt vuonna 1960 Maxwell Jonesin kehittämästä terapeutisesta yhteisöstä. (Murto 1997, 28–29.)

4.3.1 Demokraattinen päätöksenteko

Päätöksentekoon osallistuvat sekä henkilökunta että asiakkaat. Asiakkaiden osallistumista pidetään erittäin tärkeänä. Demokratia auttaa hyödyntämään asiakkaiden vaikutusta toisiinsa eli vertaisryhmän sosiaalisen painostuksen hyväksikäyttöä. Auktoriteetin hämärtämistä pidetään edullisena, koska näin voidaan poistaa negatiivisia reaktioita ja tutkia tehokkaammin heidän vakiintuneita väärinkäsityksiään auktoriteettihahmoista. (Murto 1997, 28–29.)

Kaikilla yhteisöillä on arvojärjestelmänsä, johon kasvatuksen tavoitteina olevat normit ohjaavat. Tasa-arvon ja yhteisöllisyyden periaate edellyttää kasvamista

tasa-arvoon ja demokratiaan niin, että yhteisön jäsenillä ovat yhtäläiset demokraattiset oikeudet ja velvollisuudet. (Kaipio, 48–49, 1999.)

Kommunikaatio on yhteisön verenkiertoa. Sen esteet tai vajeet näkyvät hyvin nopeasti yhteisön arkipäivässä. Kommunikaatio käsittää sekä tiedonvälityksen että viestinnän laadun ja siihen osallistumisen. Tavallisesti tieto kulkee organisaatioissa kyllä ylhäältä alaspäin, ainakin johdon valikoima informaatio, mutta selvästi harvinaisempaa, ellei poikkeuksellista on se, että tieto kulkee alhaalta ylöspäin avoimesti ja sisällöltään rehellisenä. Viestintä keskittyy tavallisesti vielä esimiehille ja johdolle, jolloin perustason henkilöstö jää usein sivustakatsojaksi ja passiiviseksi vastaanottajaksi. Tällöin unohdetaan se keskeinen prosessikehittämisen oivallus, että perustehtävän toteuttamisen kannalta keskeinen tieto on perustasolla, siellä missä perustehtävän ”etulinja sijaitsee” (Laine 1996, 58.)

4.3.2 Sallivuus

Sallivuus tarkoittaa yhteisön jäsenten suvaitsevuutta toisiaan kohtaa, vaikka nämä käyttäytyisivät yleisistä normeista poikkeavasti. Sallivuus tuo esiin asiakkaan omaa ongelmallisuutta, myös asiakastoverien ongelmia toistaen persoonallisuuden piirteiden ja erilaisuuden sietämisessä. Salliva yhteisö mahdollistaa myös uudenlaisten käyttäytymistapojen turvallisen kokeilun. Kuntoutuksellisesta näkökulmasta kysymys on poikkeuksellisista olosuhteista eikä yhteisössä mahdollista käyttäytymistä voida siirtää sen ulkopuolelle. (Murto 1997, 28–29.)

4.3.3 Yhteisöllisyys

Yhteisöllisyys viittaa ihmisten läheisyyteen, välittömään kommunikaatioon ja epämuodollisuuteen kuten pukeutumiseen sekä etunimien käyttöön. Mitään etuoikeuksia ei sallita, vaan jokaisella on oikeus olla osallisena kaikesta. Asiakaiden taustassa on usein hyljätyksi ja ulkopuoliseksi jäämisen kokemuksia ja siksi yhteisö toimii päinvastaisesti ottaen osaa ja reagoiden. Näin voidaan tuot-

taa korjaavia emotionaalisia kokemuksia. Läheisissä emotionaalisissa suhteissa asiakkaiden uskotaan harjaantuvan sietämään tunteita ja toisaalta reagoimaan itse emotionaalisesti, millä on myös katarttisia vaikutuksia. Kuntoutuksen näkökulmasta yhteisössä osallistumalla potilaat oppivat aktiivisemmiksi myös yhteisön ulkopuolella. (Murto 1997, 28–29.)

4.3.4 Todellisuuden kohtaaminen

Asiakkaat saavat jatkuvasti palautetta siitä, kuinka muut ovat kokeneet heidän käyttäytymisensä. Tällä pyritään tekemään asiakkaille tyypillinen massiivinen kieltäminen, vääristely, vetäytyminen ja muut vastaavat defenssit tietoisiksi ja vaikeiksi säilyttää. Yhteisön tarkoituksena on edustaa mahdollisimman hyvin normaalia yhteiskuntaa ja elämää. Usein asiakkaat eivät ole tiedäneet, kuinka paljon he käyttäytymisellään aiheuttavat kärsimystä ympäristölleen, koska heidän ihmissuhteensa ovat olleet lyhytkestoisia ja emotionaalisesti etäisiä. (Murto 1997, 28–29.)

Meillä kullakin on todellisuudesta oma kuvamme, jonka ”läpi” sitä tulkitsemme. Kahdella eri ihmisellä ei voi olla täysin samanlaista todellisuuskuvaa. Todellisuuskuvamme on kehittynyt omanlaisekseen yksilöllisen kehityshistoriamme kuluessa. Psykkisen toiminnan arvioinnin näkökulmasta henkilön tilanteestaan tekemä tulkinta säätelee hänen kokemiaan tunteita, käyttäytymistään ja jopa fysiologisia reaktioitaan enemmän kuin tilanne sinänsä. Todellisuuskuva syntyy psyykkisen toiminnan tuloksena. (Särkelä 2001, 43.)

5 TUTKIMUSPROSESSI

5.1 Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus

Tämän opinnäytetyön keskiössä ovat palvelutalon asukkaiden kokemukset yhteisöllisyydestä. Asukkaiden sanoittamia haastatteluvastauksia ja mielipiteitä lähestyn tässä tutkimuksessa ymmärtäen ja tulkiten. Tällainen aineiston lähestymistapa liittyy laadulliseen tutkimukseen, jota tämä opinnäytetyö edustaa.

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa on lähtökohtana todellisen elämän kuvaaminen. Lähtökohta sisältää ajatuksen, että todellisuus on moninaista. Tutkimuksessa pyritään tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tutkija ei voi sanoutua irti arvolähtökohdista, sillä arvot muovaavat sitä, miten ymmärrämme tutkimiamme ilmiöitä. Objektiivisuutta ei voida saavuttaa perinteisellä tavalla, sillä tietäjä (tutkija) ja se, mitä tiedetään, kietoutuvat saumattomasti yhteen. Tuloksena voidaan saada vain johonkin paikkaan ja aikaan rajoittuvia ehdollisia selityksiä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on pyrkimyksenä pareminkin paljastaa tai löytää tosiasioita kuin todentaa jo olemassa olevia (toisuus)väittämiä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 152.)

Kvalitatiiviselle tutkimukselle on tyypillistä, että tutkimus on kokonaisvaltaista tiedon hankintaa, ja aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Tutkimuksessa suositaan ihmistä tiedon keruun instrumenttina. (Hirsjärvi ym. 2004, 155.) Laadullisella aineistolla tarkoitetaan pelkistetyimmillään sellaista aineistoa, joka on ilmiösultaan tekstiä (Eskola & Suoranta 1998, 15).

5.2 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimukseni tavoitteena on saada tietoa asukkaiden yhteisöllisyyden kokemuksista Sepänkodissa. Tarkoituksena on, että asukkaiden ääni tulee kuuluviin ja heidän osallisuutensa, aktiivisuutensa ja sitoutumisensa yhteisöönsä kasva-

vat. Tutkimuksen tarkoituksena on tuoda esille asukkaiden mielipiteitä ja vahvistaa heidän mahdollisuutta vaikuttaa yhteisönsä kehittämiseen.

Tutkimuskysymykset ovat:

- 1 Millaisia kokemuksia asukkailla on yhteisöllisyydestä?
- 2 Miten yhteisöllisyyttä tulisi kehittää?

5.3 Aineiston keruu

Opinnäytetyöni on empiirinen tutkimus, johon keräsin aineiston talvella ja keväällä 2010 Sepänkodin 17 asukkaalta puolistrukturoidun haastattelulomakkeen avulla. Aineisto on kerätty yhdeksän viikon aikana ollessani työharjoittelujaksolla. Haastatteluun osallistuneet asukkaat valittiin niin, että kaikista Sepänkodin ryhmäkodeista (Rautakoti, Teräskoti, Pronssikoti & Kultakoti) ja itsenäisistä asunnoista muodostuvista asumiskujista (Karhukuja, Hopeakuja & Ahjokuja) oli asukkaita mukana kertomassa yhteisöllisyyden kokemuksistaan. Tarkoituksena oli selvittää tasapuolisesti sekä mies- että naisasukkaiden kokemuksia niin, että eri ikäryhmät tulevat edustetuiksi. Haastatteluun osallistui 17 Sepänkodin 59 asukkaasta. Osallistujista naisia oli 10 ja miehiä 7. Haastateltavat olivat iältään 44–73-vuotiaita. Haastateltavista 5 oli yli 40-vuotiaita, yli 50-vuotiaita osallistui 7 ja yli 60-vuotiaita oli mukana 4 sekä yksi yli 70-vuotias asukas.

Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymysten järjestys ja muotoilu ovat kaikille samat. Puolistrukturoidun haastattelun tausta-ajatuksena on, että kysymyksillä on sama merkitys kaikille. Kysymykset ovat haastateltaville samat, mutta valmiita vastausvaihtoehtoja ei ole, vaan haastateltavat saavat vastata omin sanoin. (Eskola & Suoranta 1998, 87.)

Parhaimmillaan haastatteluita oli kolme päivässä, mutta yleensä vain yksi tai kaksi riippuen haastattelun pituudesta. Haastattelut kestivät asukkaan puheliaisuuden mukaan 10–35 minuuttia. Yleisin haastattelun keston pituus oli noin 20 minuuttia. Haastatteluun osallistuneista asukkaista jokainen vastasi kaikkiin

haastattelulomakkeen kysymyksiin. Koneella kirjoitettua materiaalia vastauksista syntyi kaiken kaikkiaan 13 A4-paperiarkkia. Haastattelut kestivät yhteensä 5 tuntia ja 25 minuuttia. Haastattelun aluksi kerroin jokaiselle asukkaalle, mistä haastattelussa on kysymys. Tämän jälkeen täytimme yhdessä haastattelulomakkeet niin, että luin paperin tekstin ääneen ja tarvittaessa neuvoisin, mihin asukas kirjoittaa allekirjoituksen, nimenselvennyksen, paikan ja päivämäärän.

Henkilöiden, jotka antavat tietojaan opinnäytetyöhön, tulee antaa tutkimuksen tekemiselle lupa. Tämä edellyttää sitä, että heitä informoidaan opinnäytetyöstä ja sen tavoitteista. Samalla opinnäytetyön tekijä sitoutuu aineistonsa säilyttämisessä ja käytössä siihen, ettei materiaali joudu muuhun kuin sovittuun tarkoitukseen. (Kuokkanen, Kivirinta, Määttänen & Ockenström 2007, 27–28.) Opintoihin liittyvän harjoittelujakson alussa kerroin palvelutalon yhteisöpalaverissa opinnäytetyöni aiheesta ja haastatteluista, joihin toivoin asukkaiden osallistuvan. Ensimmäiset asukkaat ilmoittautuivat mukaan haastateltaviksi jo yhteisöpalaverin aikana. Harjoittelun ja haastatteluiden edetessä kysyin asukkailta henkilökohtaisesti kiinnostusta tulla haastateltaviksi. Pääsääntöisesti asukkaat olivat valmiita osallistumaan, vain muutama asukas kieltäytyi. Lähtökohtaisesti kaikki asukkaat olivat tervetulleita osallistumaan haastatteluun, sillä he olivat palvelutalon asukkaita ja heillä oli kokemusta yhteisöllisyydestä.

Haastatteluiden ajankohtana tunsin palvelutalon asukkaat entuudestaan noin vuoden ajalta. Tällä oli varmastikin merkitystä siihen, että asukkaat osallistuivat mielellään haastatteluun. Kyseessä ollutta työharjoittelua oli edeltänyt vuotta aikaisemmin toinen työharjoittelu sekä sen jälkeen työsuhde toimiessani ohjaajana samassa palvelutalossa. Asukkaiden kiinnostukseen osallistua haastatteluun vaikutti todennäköisesti myös pieni haastattelupalkkio, jonka annoin jokaiselle haastatteluun osallistuvalle. Valintansa mukaan asukkaat voivat valita joko kahvipaketin tai jonkin henkilökohtaisen hygienian hoitoon liittyvän tuotteen kiihtokseksi osallistumisestaan. Uskon, että haastateltavia olisi riittänyt ilman palkkiotakin, mutta halusin toimia näin; asukkaat auttoivat minua opinnäytetyöni suhteen ja siitä heille kiitos.

Haastattelut tapahtuivat jokaisella haastattelukerralla samalla tavalla: luin asukkailla kysymykset yksi kerrallaan, joihin heidän vastatessa kirjasin vastaukset paperille. Monet haastateltavista vastasivat kysymyksiin rauhallisesti, ja ne oli mahdollista kirjoittaa sanasta sanaan paperille. Toiset asukkaat puhuivat nopeasti ja heidän vastaustensa kirjaamisessa sai harjoittaa pikakirjoitusta. Haastatteluiden jälkeen oli yleensä aina välittömästi mahdollista kirjoittaa ja tallentaa muistiinpanot tietokoneella. Toinen vaihtoehto olisi ollut äänittää kaikki haastattelut ja litteroida ne myöhemmin kirjalliseen muotoon. Luovuin kuitenkin tästä vaihtoehtosta sillä ajattelin, että haastatteluiden äänittäminen voisi pelottaa asukkaita, ja tällä tavalla vaikuttaa haastattelun avoimuuteen ja vastusten antamiseen. Toimimallamme tavalla keskinäinen yhteistyö toimi hyvin ja asukkaat saivat keskittyä mielipiteidensä ilmaisemiseen rauhassa.

Asukkaat ymmärsivät yllättävän hyvin esittämiäni kysymyksiä, vaikka näin jälkeinpäin ajattelen niiden olleen liian pitkiä ja kieliasultaan mahdollisesti vaikeasti avautuvia. Osalle asukkaista luin kysymykset niin kuin ne on haastattelulomakkeeseen kirjoitettu, mutta selvensin niitä sitten sen jälkeen. Näin toimin esimerkiksi kysyessäni, mikä asukasta voimaannuttaa tai milloin hän kokee osallisuutta yhteisössään. Asukkaan oli helpompi vastata kysymykseen mistä saa voimia tai milloin kokee kuuluvansa palvelutalon yhteisöön.

5.4 Aineiston analysointi

Aineiston analysoinnissa käytin SWOT-analyysiä, jonka avulla oli tarkoitus saada selville, miten yhteisöllisyyttä tulisi jatkossa kehittää asukkaiden toivomaan suuntaan. SWOT-analyysi (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) on nelikenttämenetelmä, jota käytetään strategian laatimisessa, sekä oppimisen tai ongelmien tunnistamisessa, arvioinnissa ja kehittämisessä. Nelikenttäanalyysi SWOT on yksinkertainen ja yleisesti käytetty analysointimenetelmä. Analyysin avulla voidaan selvittää vahvuudet (strengths) ja heikkoudet (weaknesses) sekä tulevaisuuden mahdollisuudet (opportunities) ja uhat (threats). Analyysin johtopäätöksinä voidaan kartoittaa, miten vahvuuksia voidaan kehittää edelleen ja heikkouksia poistaa tai lieventää. Analyysin antaman tiedon perusteella voidaan

myös suunnitella, miten mahdollisuuksia voidaan hyödyntää ja uhkia torjua tai hyvällä suunnittelulla varautua, jotta ne eivät tule yllätyksenä. (Lindroos & Lohivesi 2004, 217–218.)

Puolistrukturoidun haastattelulomakkeen kysymykset (liite 2) on laadittu opin-
näytetyön analyysissä käytetyn SWOT-nelikentän jaottelun pohjalta niin, että
jokaiselle kysymykselle löytyy vastaavuuskohta SWOT-nelikentässä. Haastatte-
lulomakkeen ensimmäisellä kysymyksellä on haluttu selvittää asukkaiden käsi-
tyksiä yhteisöllisyydestä. Kysymyksellä halusin varmistaa, että asukkaat ym-
märtävät, mitä sana yhteisöllisyys tarkoittaa. Tarvittaessa olisin selittänyt, mitä
käsitteellä tarkoitetaan. Kysymyslomakkeen kysymykset 1, 2, 7 ja 10 vastaavat
SWOT-analyysin nelikentässä kohtiin sisäinen vahvuus tai sisäinen uhka riip-
puen asukkaan vastauksesta. Kysymykset 3 ja 8 selvittävät sisäisiä vahvuuksia
ja kysymys 4 sisäisiä heikkouksia. Tulevaisuuden ulkoisiin mahdollisuuksiin
haetaan vastauksia kysymyksellä 5. Kysymysten 6 ja 9 vastaukset viittaavat
ulkoisiin uhkiin tai ulkoisiin mahdollisuuksiin vastauksesta riippuen.

<i>Sisäiset vahvuudet (Strengths)</i>	<i>Sisäiset heikkoudet (Weaknesses)</i>
<i>Ulkoiset mahdol- lisuudet (Opportunities)</i>	<i>Ulkoiset uhat (Threats)</i>

Kuvio 1: SWOT-nelikenttä

<p>Sisäiset vahvuudet (Strengths)</p> <p>Kysymykset:</p> <p>1. Mitä mielestäsi yhteisöllisyys tarkoittaa?</p> <p>2. Mitä palvelutalon yhteisöllisyys sinulle merkitsee?</p> <p>3. Millaisia myönteisiä kokemuksia sinulla on yhteisöstänne?</p> <p>7. Miten arvioisit henkilökunnan ja palvelutalon vaikuttavan yhteisöllisyyden kokemuksiin?</p> <p>8. Missä tilanteissa ja miten koet parhaiten osallisuutta ja elämääsi voimaannuttavaa ja toimintakykyä vahvistavaa yhteisöllisyyttä?</p> <p>10. Mikä kouluarvosana (4–10) kuvastaa tällä hetkellä parhaiten tyytyväisyyttäsi yhteisöllisyyden kokemustesi suhteen?</p>	<p>Sisäiset heikkoudet (Weaknesses)</p> <p>Kysymykset:</p> <p>1. Mitä mielestäsi yhteisöllisyys tarkoittaa?</p> <p>2. Mitä palvelutalon yhteisöllisyys sinulle merkitsee?</p> <p>4. Onko sinulla ikäviä kokemuksia, jotka liittyvät yhteisöllisyyteen? Haluatko kertoa millaisia?</p> <p>7. Miten arvioisit henkilökunnan ja palvelutalon vaikuttavan yhteisöllisyyden kokemuksiin?</p> <p>10. Mikä kouluarvosana (4–10) kuvastaa tällä hetkellä parhaiten tyytyväisyyttäsi yhteisöllisyyden kokemustesi suhteen?</p>
<p>Ulkoiset mahdollisuudet (Opportunities)</p> <p>Kysymykset:</p> <p>5. Millä tavoilla palvelutalon yhteisöllisyyteen liittyviä toimintoja (esim. päivä/viikko-ohjelma, yhteisö-palaveri, vapaa-ajan toiminta) tulisi mielestäsi kehittää, jotta asukkaiden positiivisten kokemusten määrä ja niiden laatu kasvaisivat?</p> <p>6. Onko yhteisössänne sellaisia asioita tai toimintatapoja, joihin haluaisit muutoksia? Millaisia ne olisivat?</p> <p>9. Millaisia ajatuksia sinulla on yhteisöllisyydestänne tulevaisuuden suhteen? Onko sinulla odotuksia ja toiveita, millaisia? Entä herättääkö jokin epävarmuutta tai huolta yhteisönne suhteen, millaista?</p>	<p>Ulkoiset uhat (Threats)</p> <p>Kysymykset:</p> <p>6. Onko yhteisössänne sellaisia asioita tai toimintatapoja, joihin haluaisit muutoksia? Millaisia ne olisivat?</p> <p>9. Millaisia ajatuksia sinulla on yhteisöllisyydestänne tulevaisuuden suhteen? Onko sinulla odotuksia ja toiveita, millaisia? Entä herättääkö jokin epävarmuutta tai huolta yhteisönne suhteen, millaista?</p>

Kuvio 2: Puolistrukturoidun haastattelulomakkeen kysymysten (liite 2) sijoittuminen SWOT-analyysissä

6 ASUKKAIDEN HAASTATTELUTUTKIMUKSEN TULOKSIA

6.1 Yhteisöllisyyden sisäiset vahvuudet

Yhteisöllisyyteen liittyvistä mukavista kokemuksista ja muistoista asukkaat kertoivat mielellään. Lähes jokainen asukkaista mainitsi vastauksissaan retket, ryhmät ja erilaiset harrastusmahdollisuudet. Myös henkilökunta ja palvelu saivat kiitosta. Asukkailla on hyvät mahdollisuudet monenlaiseen retki- ja harrastustoimintaan palvelutaloissa ja Långintalon päivätoimintakeskuksessa.

Matkaretkipaikoilla käyty ystävän kanssa. Ystävän kanssa on juteltu paljon. Isot juhlat ovat mukavia.

Mukavia ovat olleet Lippajärven ja Villingin reissut ja kun on käyty baareissa limpsalla.

Mun mielestä paras (Sepänkoti/KH) noista psykiatrisista paikoista, joissa oon ollut. Täällä on aika paljon vapauksia ja ohjaajat ovat mukavia. Täällä saa harjoitella itsenäisempää elämää, tää on ponnahduslauta eteenpäin.

Yhteisökokous on hyvä asia alakerrassa, ykköskerroksessa, että kaikki tietävät, mitä lukevat taulusta (viikko-ohjelma/KH) ja noudattavat.

Asukkaat kertoivat vastauksissa myös oman kodin tärkeydestä:

Semmoisia, että mulla on mennyt hyvin, kun on oma kämpppä. On semmoinen yksityisyys.

Saa olla omissa oloissaan. Saa apua, kun tarvitsee. Ihan mukavia asukkaita.

No, mulla on ihan hyvä huone, noin kolmisen vuotta... (paljon omaa jutustelua kuolleesta äidistä/KH). Täällä saa harrastaa aika paljon kaikkii hommii, kun pyytää vaan. Vaikka korttia tai Mustaa Pekkaa. Ja kellooni vaihdettiin patteri. Ei mua koskaan kukaan ole täällä lyönyt.

On koti, voi nukkua yönsä turvallisesti, saa lääkkeensä kymmeneltä, normaali vuorokausirytm. Johtaja sanoi, että saan asua täällä loppuelämäni... (liikuttuminen/KH).

Sepänkodin yhteisöllisyydessä asukkailla on mahdollisuus sekä yhdessä olemiseen että yksinoloon. Jokaisella asukkaalla on oma lukittava huone ryhmäkoissa tai yksiö tai kaksio asuttavanaan. Omien havaintojeni ja myös asukkaiden kertoman perusteella tämä on erittäin tärkeää heille ja he myös arvostavat sitä. Kaikissa aiemmissa asuinpaikoissa kaikilla ei ole tätä mahdollisuutta ollut.

Mulla ei ollu omaa kotia kahteenkymmeneen vuoteen ennen Sepänkotiä. Nyt mulla on oma koti. Mä niin tykkään olla täällä. Tohon ruokasaliin oli kyllä vähän tottumista alussa...

Saa olla omissa oloissaan. Saa apua, kun tarvitsee. Ihan mukavia asukkaita.

Me tykätään hirveästi asua täällä ja toivotaan, että saadaan asua niin kauan kuin jaksetaan. Hyvä ruoka, mukavia ihmisiä talo täynnä ja saa apua, jos tarvitsee.

Ystävät ja palvelutalon muut asukkaat mainittiin monissa vastauksissa. Heidät koettiin voimavarana omassa elämässä:

Jonkun kanssa voi jutella sillä lailla vapautuneesti, voi nauraakin päälle. Paljon parempi olla (Sepänkodissa/KH) kuin missä ennen asuin. Olisin varmaan kuollu siellä. Henkilökunta ystävällistä ja hyvä palvelu.

Mulla on niin hyviä ystäviä, jotka auttavat minua ja minä autan heidän puolesta. Noi retket ovat mukavia, joita tehdään talon autolla edes takaisin, kun jalat ovat kipeät, niin ei tarvi mennä bussilla.

Se on tota silloin, kun ollaan ryhmässä ja keskustellaan, että otetaan kaikkien mielipiteet huomioon, joista tehdään yhteenveto. Voi puhua asioista oikeilla nimillä ohjaajien kanssa. Yksi ystävä käy mun luona lukemassa Raamattua. Ollaan samalla aaltopituudella, se on kiva juttu.

Sitä just, ettei tarvi olla yksin. Saa tukea monelta taholta. Entiset ystävät ei ota yhteyttä enää. Ainakin se on hieno juttu, että saa olla rauhassa...

Se tarkoittaa sitä, että asutaan samassa talossa, omassa asunnossa, syödään yhdessä, vietetään aikaa yhdessä. Jutellaan keskenään ja autetaan toinen toista. Rauhan saa toisista, jos haluaa.

Tuntee kuuluvansa jonnekin. Voi vaihtaa mielipiteitä politiikasta ja yleisistä asioista.

6.1.1 Osallisuus ja voimaantuminen

Osallisuuden kokeminen kuuluu oleellisesti yhteisöllisyyteen. Parhaimmillaan osallisuuden kokemukset voimaannuttavat ja vahvistavat yhteisön jäseniä ja lisäävät heidän toimintakykyään. Haastatteluun osallistuneet asukkaat toivat esille monia asioita, jolloin kokevat osallisuutta yhteisössään ja saavat voimia arkeen:

Voimia antaa terveys ja hyvä ruoka. Sekä saunasuihkut ja voimailulaitteet.

No, tohon mä voisin sanoa, että yhteisökokouksessa saa voimaa ja on rakentava asia. Saa asiansa kuuluville. Jos on asioita, niin voi tuoda esille mieltä painavia asioita. Psykologisia ryhmiä oli ennen vanhaa (sairaalassa/KH), niitä voisi olla ja pitää Pelisalissa.

Yhteinen ruokailu. Mä tykkään, kun välillä soi musiikki, kun ohjaajat soittaa kaunista musiikkia. Piristää tunnelmaa. Ja sitten karaokesa, ikävä kyllä, on suomalaisia vanhoja itkuvirsiä. Muuten karaoke on hyvä monille asukkaille.

Iltapala on illan kohokohta, kun näkee muitakin. Kiinnostuksen kohde (asukas/KH), jonka kanssa on kiva jutella, antaa iloa arkeen.

Tunnen pitkästä aikaa eläväni ja jaksan elää ja voi käydä Långilla ryhmissä.

Minä olen niin tyytyväinen. Olen niin iloinen, että olen saanut olla täällä kanssanne. Olenkin toivonut, että olisi tällaista kanssakäymistä (haastattelu/KH) henkilökunnan kanssa.

Olisin voinut jatkaa haastattelua vaikka kaksi tuntia ja vaikka sata kysymystä. Hyvä, että kysytään asukkaiden mielipiteitä.

Sepänkodin asukkaiden väliseen yhteisöllisyyteen liittyvät yhteiset päivittäiset tupakka- ja kahvittehetket sekä television katsominen yhdessä:

Toisten asukkaiden kanssa yhdessä kahvin juominen, tupakalla käyminen ja telkkarin katsominen. Yksi asukas on tarjonnut mulle kahvia. Se lisää osallisuutta ja yhteenkuuluvuudentunnetta.

Kun televisiosta tulee hyviä ohjelmia, niin jaksan taas paremmin. Perjantaina on iltapala kämpän keittiössä, on yhdessä ihan hyvä, saan syödäkseni.

Se, että saa voimia siitä, kun tullaan vastaan ja yritetään auttaa. Ja ollaan ystävällisiä ja kilttejä, siitä saa voimia. Uimisesta ja saunasta saa myös voimia.

Saa katsoa tv:tä, iltaohjelmia, uutisia, voi käydä bändiryhmässä, torstaisin bändiryhmässä.

6.1.2 Sepänkoti ja henkilökunta

Asuinyhteisön yhteisöllisyyskokemuksiin vaikuttavat myös ne puitteet, joissa eletään sekä henkilökunta, jonka perustehtävä on auttaa palvelutalon asukkaita kaikessa arkeen ja elämiseen liittyvissä asioissa. Asukkaat korostivat vastauksissaan turvallisuutta ja ohjaajien läsnäoloa arjessa:

Hyvä juttu, että työntekijät välittävät asukkaista ja työntekijöistä, tulevat keskenään toimeen.

Ruokalasta ja henkilökunnasta olen mielestäni saanut hyvän kuvan, asunto mukaan luettuna.

Tää on hienosti rakennettu talo. On mukavaa asua täällä. Ei mikään heikkorakenteinen elementtitalo. Pääsääntöisesti ohjaajat ohjaavat riittävästi, mutta ei liikaa. Saa aika vapaasti liikkua kaupungilla. Mutta huono juttu, että puolisoilla on lääkedosetti, mutta itse saan polvillaan pyytää, että saan lääkkeitä itselleni.

Saa teräväjärkisiä ohjaajia. Kato, kun ohjaajat on terveitä, niin tuntee itsensäkin terveemmäksi.

No, turvallisuutta antava. Tuntee jotenkin kodikseen pitkästä ajasta. Voi olla oma itsensä eikä pahemmin kukaan loukkaa.

Täällä on tavallista, että on hoitajien apu lähellä, on turvallista. Oon päässyt peloista aika paljon eroon.

Merkitsee, että asukkaita hoidetaan ja mieli on tasapainossa.

Tota, semmoista turvaa, ettei oo niinku yksin, on henkilökuntaa.

Ehkä parhaita hoitomuotoja mitä on ollut.

Monissa vastauksissa haastateltavat mainitsivat samoja teemoja kysymyksestä riippumatta. Asukkaat toivat esille usein siivoamiseen ja ruokailuun liittyviä näkemyksiään. Molemmat liittyvät kiinteästi yhteisöllisyyteen palvelutalossa.

Kyllä täällä on suht´koht´ hyvät ruuat ollu. Joskus on kasviksia, mä tykkään enemmän lihasta.

Henkilökunta on valmis auttamaan, pesemään pyykkiä, siivoamaan tai tarkistamaan huoneen.

Kiva käydä syömässä, saa ruokaa, positiivista. Johtaja on kiva ja inhimillinen ja ohjaajat yrittävät parhaansa mukaan auttaa ja neuvoa.

Henkilökunta on tarpeellista asukkaiden siivousten, suihkujen ja pankkiasioiden hoidon kanssa.

Siivouspäivät eivät ole kivoja, mutta ne menettelevät.



Jokaisen haastattelun lopuksi pyysin asukkaita miettimään, mikä kouluarvosana asteikolla 4-10 kuvaisi haastatteluhetkellä parhaiten heidän tyytyväisyyttään yhteisöllisyyden kokemusten suhteen Sepänkodin palvelutalossa. Arvosanoilla halusin selvittää kuvaavatko numeroarviot annettujen sanallisten vastausten sisältöä, vai olivatko oleellisesti huonompia tai parempia. Haastateltavien antamien arvosanojen keskiarvo oli 8,6. Keskiarvon perusteella haastateltavat ovat varsin tyytyväisiä kokemaansa yhteisöllisyyteen Sepänkodin palvelutalossa. Haastattelijana odotin keskitasoisempaa keskiarvoa, sillä monet asukkaat rohkaistuivat avoimesti kertomaan myös yhteisöönsä liittyvistä ikävistä asioista.

Asukkaiden mukaan positiivisia kokemuksia on kuitenkin niin paljon enemmän, että keskiarvo edusti lähes kiitettävää tasoa. Eräs asukas tiivistä tuntemuksensa näin:

Mun mielestä positiivista on enemmän kuin ikävää.

6.2 Yhteisöllisyyden sisäiset heikkoudet

Yhdessä asuttaessa tunnelma tiivistyy ja monenlaista sattuu ja tapahtuu. Sepänkoti on 59 asukkaan palvelutaloyksikkö. Isossa yhteisössä tapahtuu myös ikäviä tai ei-toivottuja asioita. Asukkaille oli selvästi vaikeampaa vastata kysymykseen kielteisistä kokemuksistaan. Jokainen haastateltava kuitenkin vastasi kysymykseen. Osalle asukkaista kerroin, että on tärkeää, että he tuovat myös epämiellyttävät kokemukset yhteisöstään esille, jotta tarvittaessa voidaan epäkohditiin puuttua ja kehittää toimintatapoja asukkaille miellyttävään suuntaan. Tässä kohden korostin myös vastausten anonyymiyttä ja sitä, että vastauksilla ei ole mitään vaikutusta asukkaiden asumisoikeuteen. Kielteiset kokemukset eivät voi olla vääriä vastauksia.

Ei ole ollut mitään ikäviä kokemuksia, mutta meidän kerroksen porukka täällä on hermostunut porukkaa (ryhmäkodissa/KH). Huutavat ja möykkäävät kovasti. Huolestuttava tilanne. Ei tule muuta mieleen.

On ollut pientä riitaa, eri mieltä. Sanaharkkaa tulee vaan yht` äkkiä ja menee ohi.

Pelottelu yhden asukkaan taholta. Yöllä joskus raavitaan ja koputetaan ovea.

Jos joku lähentelee liikaa, niinku semmoista seksuaalista, pitäisi olla sellainen hienotunteisuusraja. Ja se, ettei saa mitään herkkuja illalla. Illat ovat mahdottoman pitkiä, jos ei saa herkkuja, suklaata ja yskänlääkettä, vaikka olisi omia jääkaapissa. Aamu-uinnille olisi kiva päästä ja miksei iltuinnillekin. Ja se, ettei kukaan huomaa, ei ole mukavaa.

Semmoinen joskus vaivaa, jotkut istuu koko päivät koko ajan äänessä. Ovat vallanneet... (toiset ryhmäkotilaiset oman ryhmäkodin olohuoneen/KH). Ei voi olla kuin omassa kodissa. Nukkuvat tuolisissa. Ihan kamalaa!

Yhden asukkaan käyttäytyminen usein. Osa potilaista (asukkaista /KH) on niin sairaita ja vanhoja, että vaikeaa keskustella järkevästi, mutta olen huomannut parempaan menemistä viime aikoina. Yksi asukas rimputtelee ovikelloa.

Semmoisia, toiset huutaa. Nuo miehet (palvelutalon asukkaat/KH), ne ottaa alkoholia, se pelottaa, muutama sellainen tyyppi tuolla (ryhmäkodissa/KH).

Ehkä noi labrakokeet, että en tykkää niistä kokeista. Ja uudet lääkkeet on mulle vaihdettu, ei kuule niitä ääniä niin usein.

Ei voi vaatia...tapahtuu kaikenlaista..iso talo...

Asukkaat rohkaistuivat kertomaan myös henkilökuntaan liittyvistä ikävistä kokemuksistaan:

Hyvin on mennyt täällä Sepänkodissa. En olisi uskonut yhdestä ohjaajasta, että teki mun jalan kipeäksi, polvet, sääret, reidet ja varpaat. En olisi uskonut koskaan. Se on sellainen ikävä kokemus, piti istua peräpenkille autossa. Menin konttaamalla ja jalat tuli kipeäksi. Eräs asukas on töninyt rollaattorilla. Muutama vuosi sitten yks` (asukas/KH) tönäisi mut nurin kauppa-autossa ja kaksi vierasta miestä nosti ylös.

Ne on hankalia, ne ohjaajat. Kova sisäkuri. Asukkaat ovat kivoja, ei ikäviä kokemuksia.

Tota, siihen mä voin sanoa, että ohjaajilla pitäisi olla enemmän aikaa asukkaille. Kun mulla on paha olo, haluaisin jutella. Ohjaaja sanoo, ettei ole aikaa, joskus toiste. Asukasta kohden se on väärin. Sitä varten ohjaajat ovat täällä, että kykyjensä mukaan auttavat ja keskustelevat, ei silti tarvitse ylittää itseään.

Aika vaikea kysymys. En uskalla oikein sanoa. Henkilökunnaltahan haluaisin enempi tota kanssakäymistä, aika kuluisi paremmin.

Mielenterveyskuntoutujalla voimat voivat myös olla vähissä:

Voimia? Aina ei ole voimia. En tiedä, mistä ne tulee. Välillä ei jaksaa ja sitten taas jaksaa. Mut on joskus ohjattu asumaan Sepänkotiin. Katsottiin, että tämä on mulle sopiva paikka. Kyllä minä viihdyn täällä.

Jumppa omassa ryhmässä (tuolijumppa/KH). Saa itsensä liikkeelle. Kun on muitakin, ketkä ei aina jaksaa. Samanlaisia kokemuksia, tullut siipeensä...Kuvataideryhmässä. Pääsee johonkin liikkumaan.

Kaverin kanssa bussiajelulla ostoksilla, kiva päästä muuallekin. Tulee iloiselle mielelle, kun näkee muitakin ihmisiä.

6.3 Yhteisöllisyyden ulkoiset mahdollisuudet

Yhteisöllisyyden kehittäminen oli haastateltaville mieluinen kysymys. Monet asukkaiden kehittämisehdotukset liittyivät samoihin asioihin kuin kokemukset yhteisöllisyyden mukavista kokemuksista. Retket ja erilaiset tapahtumat mainittiin monissa vastauksissa.

Bussimatkaretkiä lisää työntekijöiden ja porukan kanssa. Talokyydillä mentäisiin johonkin paikkaan tai ravintolaan. Långille enemmän luontoliikuntaa ja ohjelmaa, vaikka jutustelua ja pullakahvit ja myös diakuvakangas ja esityksiä.

Hesan kaupunkiin liittyviä retkiä enemmän. Jotain pientä tekemistä päivittäin. Myös ulkoiseen siisteyteen liittyviä pikkutehtäviä Sepänkodissa. Kehittää pitäisi ilmaisia ryhmätoimintoja Sepänkotiin, shakkipeliä sekä kesällä noita ulkona jotain harrastepeliä.

Sitä on liikaa (toimintaa/KH). Elokuvaretkiä enemmän ja teatteria ja musikaaleja. Ja tanssit kerran kuussa. Ohjaajien pitäisi puhua enemmän, mitä kaikkia retkiä on, kun en tiedä mitä tapahtuu.

Odotuksia on semmoisia, että voitaisiin tehdä Finnairin koneella matka Kreikkaan tai Bulgariaan ensi tai seuraavana kesänä. Toiveena olisi matkoja enemmän. Huolia en oikein tiedä. Olen miettinyt monta kertaa yks` juttu, (kirosana/KH), että viikonpäivinä tulee vähän aika pitkäksi. Oon huomannut, että tällä viikolla on mennyt paremmin ja viikonloppuisin melkein aina ei tule aika pitkäksi, kun on menoja (poissa palvelutalosta/KH).

Olisi kiva nähdä vanhoja kavereita, jotka asuvat siviilissä. Mulla on ollut polkupyörä parisen vuotta. Pitäisi laittaa lokasuoja teräslangalla kiinni. Koskaan ei voi olla varma, eikä liian varma koskaan. Mä haluaisin mun pikkusiskon mua tänne katsomaan. Pankki saisi olla vähän lähempänä kuin se on siellä Pihlajamäessä.

Asukkaiden vastausten perusteella askartelun ja liikunnan harrastamiseen toivotaan myös lisää mahdollisuuksia.

Voimaharjoittelua voisi olla, puntin nostoa salilla, täällä Sepiksessä. Enemmän ohjattua tekemistä ja ohjelmaa.

Käsityöryhmä, jossa voisi tehdä itselle sellaisen flanelliyöpaidan.

Olen osallistunut tuolijumppaan ja askarteluun. Enemmän liikuntaa. Voimistelua 20 minuuttia kerran viikossa. Enemmän askartelua. Mulla on vinkkejä pääsiäisaskarteluun, noita ja muita sellaisia. Täällä palvelutalossa voisi olla viikoittain oma askartelukerho. Mulla on huonot jalat, en viitsi siksi mennä Långin talolle, kun on vaikeaa nousta portaita.

Asukkaat toivat eri kysymysten yhteydessä myös hengellisiin asioihin liittyviä ajatuksiaan ja toiveitaan esille.

Toivon pääseväni hengelliseen yhteisöön asumaan tulevaisuudessa (Sepänkodissa/KH). Ja tekemään hengellistä vapaaehtoistyötä. Minulla on vain yksi asukas mukana raamattupiirissäni, joka koontuu luonani joka päivä kello 9-10. Tarvitaan enemmän asukkaita mukaan. Hengellistä työtä teen vasta sitten, kun kuntoni on suurin piirtein selvä. Mä oon viihtynyt hyvin. Se huolettaa, että pystynkö aina pesemään pyykit, siivoamaan ja olemaan oma-aloitteinen. Aina ennen kuin alan tekemään mitään, ajattelen, että meneeköhän hyvin vai ei mene. Aina rukoilen, että menee hyvin, kun alan siivoamaan tai pesen pyykkiä.

Joka päivä koko talon yhteinen kokous, joka ikinen päivä. Voisi kertoa päivän toimista ja pitää hengellisiä tilaisuuksia ruokasalin asukkaille, vaikka en olekaan mikään kiihkouskovainen.

Joulut ovat kivoja, saa lahjoja. Mukavaa, että veli käy joskus. Myönteinen kokemus on, että diakonissa on olemassa. Toivon, että pappi ja diakonissa kävisivät täällä Sepänkodissa. Ja pappi pitäisi fiksuja puheita ja tulisi vaikka omaan huoneeseen tuoliin istumaan ja rukoilemaan yhdessä. Toivottavasti eivät ota diakonissaa ja pappia pois täältä.

Haastattelulomakkeen kuudennessa kysymyksessä kysyttiin, mihin yhteisössä asukkaat haluaisivat muutoksia. Vastajaista valtaosa ilmoitti, että muutoksia ei tarvita ja ovat tyytyväisiä tämän hetkiseen tilanteeseen. Muutamalla haastateltavalla oli muutosehdotuksia toimintatapoihin.

Semmoisia juttuja, että ruokaa saataisiin enemmän ja parempaa, spagetti-ruokia ja lihakastiketta ja riisiä. Kesällä voisi olla enemmän ohjelmana grillimakkaran paistoa.

Ettei oltaisi niin hirveen tarkkoja. Käydään monta kertaa katsomassa huoneentarkistus. Järjestyssääntöjä tulee noudattaa.

Täällä hetkellä se, että haluaisin lääkkeit itselleni kokonaan. Olen motivoitunut siihen. Se ois` kivaa, että autettaisiin asunnon etsimisessä ja pääsisi nopeasti itsenäiseen asumiseen.

Pullaa pitäisi olla kahvin kanssa, ei keksiä. Ei tule muuta mieleen.

Mun mielestä täällä on selkeät säännöt. Onneksi kaikkeen ei olla puututtu liian tarkkaan, jos tupakat on loppu ja täytyy pummata, ettei hermo mene.

Muutoksia, että kaikki menisivät hyvin, retket, kauppa-autossa ja lähiravintolassa käyminen. Mä haluaisin takaisin, että pääsisi viisitoista yli kahdeksan syömään (aamiaista/KH) eikä kakskyt` vaille yhdeksän. On niin pitkä aika odottaa päästä syömään.

No joo, että haluttaisiin päästä elämässä eteenpäin, siinä tuettaisiin. Toivoisin, että ystävät (palvelutalon asukkaat/KH) alkaisivat voimaan paremmin. Lähimmäisen rakkautta toinen toista auttaen.

Kyllä mä oon ihan tyytyväinen tähän mitä on, ei moitteen sijaa.

Ei ole mitään valittamista. Ei muutoksia, kaikki on hyvin.

6.4 Yhteisöllisyyden ulkoiset uhat

Kysymykseen tulevaisuudesta ja siihen liittyvistä mahdollisista huolista, asukkaat antoivat pisimmät ja koskettavimmat vastauksensa. Moni asukas tulkitsi kysymyksen koskevan heidän omaa henkilökohtaista elämää eikä niinkään yhteisön. Tarkensin vastaajille, että kysymys on elämästä tulevaisuudessa Sepänkodin asuinyhteisössä. Tästä huolimatta osa haastateltavista suuntasi kysymyksen omaan elämäänsä. Tämän kysymyksen yhteydessä muutamat asukkaat halusivat kertoa laajasti omasta elämänhistoriastaan ja sairastumisestaan psyykkisesti. Vastauksissa voitiin käsitellä myös menetettyjä mahdollisuuksia elämässä, joita tulevaisuus ei enää toisi:

Sitähän olen aina korostanut, että naimisiin ei taida olla enää fyysisestikään mahdollista. Ja että se (naimisiin meneminen/KH) olisi toisenkin mielestä iloinen asia. Ja että rakkaus avaisi ihmisen. 90-vuotias Saara sai vauvan. Se oli Jumalan ihme. Ei sellaisia ihmeitä enää tapahdu. En usko sellaiseen ihmeeseen. Toivon, että pääsisi taivaaseen ja että mitään ikävää ei enää tapahtuisi. Ja ett` pääsisin viikoksi tai edes kolmeksi päiväksi pääsiäisenä kylään ja isän ja äi-

din ja tyttökaverin haudalle pääsiäisenä... No, että epäillään, että olisi rikollinen. Kauheita asioita semmoiset ovat. Alakoulussa syytettiin, että olen varastanut pyörän. Sehän mulla on ollut, ettei mitään syytettäisi ja olisi aina tervetullut.

Jos tää on lopullinen asunto, niin missä asuisi, jos tää ei ole? Toivon, että tää on lopullinen asunto.

No, vähän toi terveydentila, miksi se tulevaisuudessa kehittyy. Ei muuta ole. Meitä on monenlaisia. Yritän parhaani mukaan sopeutua, että ei tulisi erimielisyyksiä.

Osa vastaajista kantoi huolta myös muista asukkaista ja heidän jaksamisestaan sekä yleisestä ilmapiiristä asukkaiden kesken:

Silleen, ettei olisi mitään riitoja miesten välillä. Pysyisi asiallisella linjalla. Jotkut naisetkin ovat huutaneet joskus. Pelkään, että joku alkaa huutamaan tuolla (ryhmäkodissa/KH). Välillä tuli mieleen, ettei muuta muualle tässä iässä. Mielellään asuisin täällä, ettei tulisi turvattomuuden tunnetta.

Että asiat menisi hyvin eteenpäin. Tulisi uusia taitoja ja oppisi tekemään kaikenlaista, uusia asioita, muutakin kuin tiskaamista ja musiikkia. Että ne (asukkaat/KH) pärjäisivät hyvin ja olisi hyvä olla. Ei tulisi pahemmin pahanilman puuskia. Kuinka huoneen siivous on niin usein? Miten ne (asukkaat/KH) selviävät siitä tulevaisuudessa? Niitä pitäisi auttaa. Ei ne oikein jaksa mitä on viikko-ohjelmassa. Kaikilla ei ole bussilippua, ja ei ne pärjää, jos joutuvat kävelemään.

Ei ole täydellistä. Ei osaa hoitaa kaikkia asioita kun pitäisi. Masentaa vähän, kun eivät (asukkaat/KH) hoida tehtäviään kun pitäisi.



7 POHDINTAA JA JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

7.1 Tulosten tarkastelua

Tämä opinnäytetyö tuo esille Sepänkodin palvelutalon asukkaiden kokemuksia ja näkemyksiä yhteisöllisyydestä. Asukkaiden haastatteluvastaukset sisältävät niin yhteisöllisyyden myönteisiä kuin ikäviä puolia kuin ne toiveet, joiden mukaisesti he kehittäisivät asumisyhteisöään. Aukkaat vastasivat haastatteluissa kattavasti tutkimuskysymyksiin yhteisöllisyyden kokemuksistaan sekä siihen, miten yhteisöllisyyttä tulisi kehittää.

Kuten Aristoteles jo aikoinaan kutsui ihmisten keskinäistä yhteenkuuluvuutta luonnolliseksi laumahengeksi (Hyyppä 2002, 48), niin tänä päivänä yhteisöllisyys kuvaa samaa asiaa. Sepänkodin asukkaiden keskinäinen yhteenkuuluvuus on tiivistä ja heille hyvin tärkeää, mikä tulee esille monissa eri asukkaiden haastatteluvastauksissa useaan otteeseen. Putmanin mukaan (Ruuskanen 2002, 7) yhteisöllisyydellä eli sosiaalisella pääomalla on paljon myönteisiä hyvinvointivaikutuksia. Aukkaat kertoivat ystävien ja muiden asukkaiden olevan tärkeitä ihmissuhteita heidän elämässään. Yhteisöllisyys muodostuu yksilöiden muodostamasta yhteydestä ja siihen liittyvästä me-hengestä. Tulosten perusteella tämä ihmissuhteisiin liittyvä hyvinvointia edistävä me-henki on vahvaa myös Sepänkodin asukkaiden parissa. Tutkimustulosten perusteella palvelutalon asukkaiden väliset ihmissuhteet ovat suuri voimavara heidän elämässään ja arjessaan.

Yhteisöllisyyteen liitetään usein liian helposti vain myönteisiä piirteitä. Yhteisöllisyyttä eli sosiaalista pääomaa voidaan kuitenkin käyttää myös yhteisiä normeja ja arvoja vastaan (Pulkinen 2002, 41). Tulosten perusteella myös palvelutalon asukkaiden yhteisöllisyyteen liittyy ikäviä piirteitä, joita jokainen vastaaja toi esille haastatteluissa. Tutkimustulosten perusteella aukkaat kokevat asumisyhteisönsä liian usein rauhattomaksi. Toisten asukkaiden käytöstä pidettiin itseä häiritsevä, epäystävällisenä ja epäkohteliaana. Jotta yhteisöllisyyden myönteiset kokemukset ja niiden vaikutukset eivät häviäisi ikävien puolien alle, tulee yhteisöllisyyden kielteisiin puoliin kiinnittää myös riittävästi huomiota. Put-

manin mukaan (Ruuskanen 2002, 7) sosiaalinen pääoma helpottaa kollektiivisten ongelmien ratkaisemista ja ehkäisee vapaamatkustamista. Tulosten mukaan tällainen vapaamatkustaminen ja vastuun pakoilu yhteisistä asioista rasittaa myös palvelutalon asukkaiden keskinäistä elämää: toiset, ja yleensä aina samat henkilöt, kantavat suurimman vastuun ja toiset väistelevät vastuunkanto-tilanteita.

Tulosten perusteella asukkaat haluavat lisää yhteisöelämäänsä muun muassa harrastus- ja retkimahdollisuuksia. Palvelutalon arjessa mukana olleena ohjaajana hieman yllätyin tästä toiveesta ja toiminnan kehittämis ehdotuksesta. Mielestäni palvelutalon asukkailla on jo nykyisellään runsaat mahdollisuudet erilaiseen harrastus-, retki-, leiri- ja tapahtumatoimintaan. Haasteena koen pikemminkin sen, miten asukkaat saadaan mukaan ja motivoitumaan tarjolla olevista mahdollisuuksista. Asukkaiden toiveet ja kehittämis ehdotukset ovat kuitenkin arvokasta tietoa, ja on hyvä miettiä, miten niitä voitaisiin jatkossa toteuttaa palvelutalon toiminnassa.

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin palvelutalon asukkaiden kokemuksia yhteisöllisyydestä. Palvelutalon yhteisöllisyys ei kuitenkaan rajoitu vain asukkaiden keskinäiseen yhteisöllisyyteen. Tulosten perusteella palvelutalon henkilökunnalla on myös suuri vaikutus asukkaiden yhteisöllisyyden kokemuksiin. Ohjaajia kuvailtiin monissa vastauksissa asukkaiden tukena ja turvana arjessa. Samalla kun ohjaajia pidetään voimavarana omalle selviytymiselle ja jaksamiselle arjen haasteista, niin samalla toivottiin ohjaajilta enemmän henkilökohtaista aikaa ja varsinkin mahdollisuutta kahdenkeskiseen keskusteluun, jos niin kokee tarvitsevana. Sepänkodissa on käytössä omaohjaajajärjestelmä, mutta tilanteesta riippuen kaikki ohjaajat auttavat ja tukevat kaikkia asukkaita. Mielestäni olisi kuitenkin aiheellista pohtia mahdollisuuksia asukkaiden henkilökohtaisempaan kohtaamiseen. Tämä toive esitettiin useammankin asukkaan kohdalla. Aiheen esille ottaminen oli selvästikin herkkä asia asukkaille, sillä usein asukas ensin kiitteli ja kehui ohjaajia, ja vasta tämän jälkeen toivoi enemmän henkilökohtaista huomiota osakseen.

Lilinkotisäätiön laatukriteereihin (2005) on kirjattu yhtenä tavoitteena yhteisöllisyyden kehittäminen. Parhaassa tapauksessa sekä asukkaat että henkilökunta saadaan motivoitua tämän tavoitteen taakse. Yhteinen päämäärä ja tavoite on tehokkain ja hedelmällisin lähtötilanne tulosten saavuttamiseksi. Colemanin mukaan (Pulkkinen 2002, 38) ryhmä, jolla on sosiaalista pääomaa eli yhteisöllisyyttä, saa enemmän aikaan kuin ryhmä, jolla sitä ei ole.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että Sepänkodin asukkaiden yhteisöllisyydessä toteutuvat niin osallistuminen, jakaminen, vastuullisuus, ystävyyden kuin luottamus. Mikään näistä yhteisöllisyyden periaatteista ei toteudu kuitenkaan itsestään, vaan niihin tulee sitoutua ja tehdä töitä niiden toteutumiseksi. Osallistuminen edellyttää, että henkilöllä on oikeus olla mukana kaikessa, mikä koskee häntä (Koskisu 2004, 48). Osallistumisen kannalta on tärkeää, että ohjaajat ja asukkaat sitoutuvat ajatukseen, että kuntoutusta tehdään yhdessä. Osallistumisen tulisi näkyä niin, että asukkaat pääsevät vaikuttamaan palvelutalon toiminnan suunnitteluun ja päätöksentekoon. Asukkaiden ääni tulisi kuulua kaikessa heitä koskevassa toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa.

Täällä hetkellä Sepänkodissa pidetään yhteinen yhteisten asioiden yhteisöpalaveri kerran viikossa kaikkien asukkaiden ja henkilökunnan kesken. Kaikkien asukkaiden, varsinkin hiljaisempien ääni ei välttämättä pääse riittävästi kuuluviin näin suuressa yhteen kokoontumisessa. Asukkaiden kehittämis ehdotuksille ja toiveille tulisi olla enemmän tilaa ryhmäkotien ja asumiskujien omissa viikko-palaverissa. Niissä voitaisiin nostaa esille toimintaa ja palvelutalon ilmapiiriä kehittäviä ehdotuksia, joita voitaisiin sitten myöhemmin käsitellä koko talon yhteisöpalaverissa.

7.2 Eettisyys

Sosiaalialan ammattilaisen eettisissä ohjeissa (2005, 7–8, 15–16) korostetaan, että ihmisoikeudet ovat ehdottomia ja kuuluvat jokaiselle ihmiselle ihmisyyden perusteella. Ne eivät ole riippuvaisia ihmisen toiminnasta ja omasta käytöksestä. Samoissa ohjeissa tuodaan myös esille, että täysivaltainen asiakas on vas-

tuussa omista valinnoistaan ja niiden seurauksista. Ammattilaisen tulee kunnioittaa ja edistää asiakkaan oikeutta omiin valintoihin, omista arvoistaan riippumatta, mikäli nämä eivät uhkaa muiden oikeuksia tai oikeutettuja etuja.

Läpi opiskelun on Diakonia-ammattikorkeakoulussa korostettu sosiaalialan eettisyyden osaamisen merkitystä. Myös sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry:n ammattieettisiin ohjeisiin olemme perehtyneet. Kaiken tämän perusteella olemme sisäistäneet sosiaalialan arvot ja ammattieettiset periaatteet ja toimimme niiden mukaisesti. Sosionomina kykenemme sosiaalialan ammattien edellyttämään eettiseen reflektioon. Kykenemme myös ottamaan huomioon jokaisen yksilön ainutkertaisuuden ja toimimaan arvostiritoja sisältävissä tilanteissa. Sosionomeina edistämme niin tasa-arvoa kuin suvaitsevaisuutta ja pyrimme ehkäisemään huono-osaisuutta yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön näkökulmista. (Pentikäinen 2010.)

Opinnäytetyössä eettiset periaatteet on huomioitu niin, että jokaiselle haastateltavalle kerrottiin aluksi opinnäytetyön tarkoitus, haastattelun kulku ja vastaajien tunnistamattomuus. Jokaiselle haastateltavalle kerrottiin myös mahdollisuudesta keskeyttää haastatteluun osallistuminen millä hetkellä tahansa, jos voimat eivät riitä tai haluaa keskeyttää jostain muusta syystä. Osasta asukkaista huomasin, että he todella ponnistelivat jaksakseen haastattelun loppuun asti. Tarjosin heille mahdollisuutta lopettaa haastattelu kesken, mutta sitä vaihtoehtoa he eivät kuitenkaan halunneet käyttää hyväkseen.

Asukkaiden vastaukset kysymyksiin on kirjattu heidän ilmaisemallaan tavalla. Anonyymisyydestä huolimatta joidenkin asukkaiden vastaukset ovat helposti tunnistettavia palvelutalon muille asukkaille ja henkilökunnalle. Monet haastateltavat kertoivat vastauksissa samoista asioista samoilla sanamuodoilla kuin palvelutalon arjessa on totuttu kuulemaan. Asiat eivät kuitenkaan olleet niin henkilökohtaisia tai arkaluonteisia, että vastaukset olisivat muodostuneet eettisesti kyseenalaisiksi tuoda opinnäytetyössä esille.

Joistakin asukkaiden vastauksista on myös mahdollista huomata, että vastaaja on mielenterveyskuntoutuja. Opinnäytetyön alussa olen kertonut, että suuri osa

palvelutalon asukkaista sairastaa skitsofreniaa. Opinnäytetyössäni olen halunnut antaa asukkaille tilaa kertoa ajatuksistaan ja kokemuksistaan niin, kuin he ne kokevat ja sanallistavat. Haastattelijana olen halunnut kunnioittaa asukkaiden mielipiteitä sellaisinaan, enkä lähetä liikaa valikoimaan minkä kommentin ottaminen mukaan opinnäytetyöhön on sopivampaa ja minkä ei. Henkilökohtaiset asiat on luonnollisestikin jätetty vastauksista pois. Moni asukas halusi haastattelukysymyksiin vastaamisen lisäksi kertoa elämästään myös paljon muuta, mitä ei käsitellä opinnäytetyössä.

7.3 Aineiston luotettavuus, validiteetti ja reliabiliteetti

Opinnäytetyössä olen pyrkinyt kuvaamaan tarkasti tutkimusprosessin kulkua ja sen eri vaiheita. Mielestäni tutkimuksen luotettavuutta lisää pitkäaikainen työskentelyni haastateltavien parissa ja yhteisön tunteminen entuudestaan. Haastattelutilanteet olivat rauhallisia ja kiireettömiä tilanteita, joissa olivat mukana vain haastattelija ja haastateltava. Asukas sai miettiä jokaista kysymystä ja antamaansa vastausta niin kauan kuin koki tarpeelliseksi. Mikäli kysymyksen ymmärtäminen tuntui vaikealta, muutin sen helpommin ymmärrettävään muotoon. Tässä yhteydessä koin, että asukkaiden tuntemisesta etukäteen oli apua keskinäisen ymmärryksen ja haastattelun sujuvuuden kannalta. Haastatteluihin osallistui lähes kolmas osa palvelutalon asukkaista, joten mukana oli niin aktiivisia kuin hiljaisempiakin yhteisön jäseniä tasapuolisesti sekä ryhmäkodeista että asumiskujilta (itsenäisempää asumista yksioissa ja kaksioissa).

Tutkimuksessa pyritään välttämään virheitä, mutta silti tulosten pätevyys ja luotettavuus vaihtelevat. Tämän vuoksi kaikissa tutkimuksissa pyritään arvioimaan tutkimuksen luotettavuutta. Luotettavuutta voidaan arvioida erilaisilla tutkimus- ja mittaustavoilla. Reliabiliteetilla viitataan mittaustulosten toistettavuuteen ja sattumanvaraisten tulosten pois sulkemiseen tutkimuksesta. (Hirsjärvi ym. 2004, 216.)

Tutkimuksen luotettavuuden arviointiin liittyvällä valiudella eli pätevyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkimusmenetelmällä tai mittarilla kyetään mittaamaan juuri

sitä, mitä tutkimuksessa on tarkoituskin mitata. Menetelmät ja mittarit eivät aina kuitenkaan vastaa sitä todellisuutta, jota tutkijalla on tarkoitus tutkia. Esimerkiksi haastateltava voi antaa kysymyslomakkeen kysymyksiin vastaukset, mutta on saattanut käsittää ne eri tavalla kuin tutkija on alun perin ajatellut. Jos tutkija käsittelee tuloksia oman ajattelumallinsa mukaan, ei tuloksia voi pitää pätevinä ja tosina. (Hirsjärvi ym. 2004, 216–217.)

Tutkimuksen pätevyyttä ja luotettavuutta tulee kuitenkin jotenkin arvioida. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää tutkijan tarkka kuvaus tutkimuksen toteuttamisesta. Tarkkuus koskee kaikkia tutkimuksen vaiheita. Olosuhteet, joissa aineisto on tuotettu, tulisi kertoa totuudenmukaisesti ja selvästi. Haastatteluun käytetty aika, mahdolliset virhetulkinnat ja häiriötekijät haastattelussa sekä tutkijan itsearviointi tilanteessa tulisi myös kertoa tutkimuksessa. (Hirsjärvi ym. 2004, 217.)

7.4 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu

Ammattikorkeakoulun opinnäytetyön tarkoitus on osoittaa ulkopuolisille, että sen tekijällä on tietyt taidot ja tiedot hallussa. Opinnäytetyöprosessin tavoitteita on vahvistaa tutkivan työotteen kehittymistä, perehdyttää opiskelija tutkimukseen liittyvään ajatteluun ja argumentointiin, vahvistaa tutkimus- ja kehittämistaitoja sekä tuottaa tutkimuksellista tietoa ja uusia tuotteita, käytäntöjä ja toimintamalleja. (Kuokkanen ym. 2007, 23.)

Diakonia-ammattikorkeakoulussa opinnäytetyöhön liittyvien periaatteiden mukaan opinnäytetyö on työelämälähtöinen ja sen lähtökohdat ovat konkreettisia opiskelijan ja mahdollisen tilaajan kannalta. Opinnäytetyön toivotaan olevan integroitu työharjoitteluun ja kehittämishankkeisiin. Ammatillinen tiedon ja taidon muodostuminen liittyy kiinteästi opinnäytetyöhön. Opinnäytetyön tekeminen on pitkäkestoinen prosessi, joka omalta osaltaan kasvattaa opiskelijaa ammatillisuuteen ja kohti työelämää. (Kuokkanen ym. 2007, 23.)

Sosiaalityön käytäntötutkimuksen tehtävänä on tuoda varsinkin marginaaleihin joutuneiden, poliittista valtaa vailla olevien ja muiden omien etujensa suhteen heikosti puolustuskykyisten kansalaisten tietoa ja kokemusta yleiseen tietoisuuteen. Sosiaalityön käytäntötutkimuksessa tiedonhankinta voi olla lähellä olemista ja osallistumista kuulijana, kuuntelijana, havainnoitsijana ja haastattelijana. Tämä voi avata myös mahdollisuuden sosiaalityön tutkimuksen syventämiseen, kun katse suunnataan yksilöllisestä kokemuksesta rakenteellisiin prosesseihin ja yhteiskunnalliseen vallankäyttöön. (Satka, Karvinen-Niinikoski, Nylund & Hoikkala 2005, 18.)

Köyhyyden, päihteiden sekakäytön, asunnottomuuden ja mielenterveysongelmien muodostamassa syrjäytymiskierteessä elävien ihmisten elämäntilanteen parantaminen ja heidän puolustaminen on työtä, jossa käytäntö ja tutkimus liitoutuvat yhteen löytääkseen keinoja tilanteen näkyväksi tekemiselle ja muuttumiselle. Tärkeää on aito kosketus omaan kokemusmaailmaan, jonka välineinä ovat oman tarinan ja identiteetin rakentaminen, itsensä tunnistaminen. Taiteellinen ilmaisu ja taide voivat toimia tutkimuksen ja sosiaalityön menetelmällisenä välineenä. Ne auttavat hahmottamaan toimijoiden elämäntarinaa ja sen kiinnittymistä yhteiskunnallisiin yhteisöihin ja käytäntöihin. Tällainen lähestymistapa voimaannuttaa toimijoita ja tuo heidän voimavaransa näkyviksi. Voimavarat ja elämisen rajoitteet, vaikeudet ja elämisen ilot rakentuvat arjessa ja kietoutuvat myös osaksi arjen rakenteita. (Satka ym. 2005, 17–18.)

Käytäntötutkimuksessa on tuotu esille asiakkaiden voimaannuttamista oman elämänsä toimijoiksi, subjekteiksi. Edellä on myös kerrottu kuulijana ja havainnoijana toimimisesta asiakkaan läheisyydessä. Opinnäytetyöni toteuttamisessa haastatteleamalla asukkaita löysin yhtymäkohtia käytäntötutkimukseen. Opinnäytetyötä varten tekemissäni haastatteluissa tarkoitukseni oli saada asukkaiden ääni kuuluviin sekä antaa tilaa heidän kokemuksille, toiveille ja huolille. Toivon, että nämä haastattelut sekä voimaannuttivat haastateltaviani että toivat esille niitä ajatuksia ja ehdotuksia, miten he kehittäisivät toimintaa ja yhteisöllistä elämää palvelutalossa, jossa asuvat.

Asiantuntijat ja haastattelijat eivät voi kertoa asiakkaiden, tässä tapauksessa palvelutalon asukkaiden puolesta, miltä heistä tuntuu. Tämä tieto ja kokemus on vain heillä itsellään, joten on arvokasta kuulla heidän mielipiteitä, jotta voidaan ammattilaisina olla paremmin tukemassa heitä heidän arjessaan ja kehittämässä heidän elämäänsä toimintakykyä vahvistavia toimintoja.

Opinnäytetyöprosessini on ollut pitkä ja mutkikas. Ensimmäinen opinnäytetyön työstämiseen mennyt vuosi oli sopivan aiheen etsimistä ja tapaamisten sopimista eri yhteistyötahojen kanssa. Alun perin oli tarkoitus tehdä opinnäytetyö parityönä toisesta aiheesta. Kuten elämässä toisinaan sattuu, niin suunnitelmat muuttuvat, ja niin kävi opinnäytetyöllekin. Syksyllä 2009 ehdotin silloiselle Sepänkodin johtajalle mahdollisuutta tehdä opinnäytetyö heille. Sain luvan sekä myös mahdollisuuden itse vaikuttaa aiheen valintaan. Siinä vaiheessa olin ollut työharjoittelussa ja työsuhteessa Sepänkodissa noin puolen vuoden ajan. Mitä enemmän olin viettänyt aikaa talon asukkaiden parissa, sitä kiinnostuneemmaksi tulin kuulemaan, miten he kokevat yhteisöllisyyden ja elämänsä palvelutalon asukkaista muodostuvassa yhteisössä.

Opinnoissa on korostettu moneen otteeseen itsensä johtamisen tärkeyttä työelämässä. Mielestäni päätyminen yksilötyöhön opinnäytetyön suhteen, vahvisti tämän taidon tärkeyden merkitystä itselleni. Opinnäytetyöprosessi edellytti samanlaista itsensä johtamisen taitoa kuin työelämässä tarvitaan. Itsensä johtaminen näkyy työpaikalla työntekijän suhteessa työyhteisön perustehtävään, vastuuseen, omaan itseensä ja erilaisiin yhteistyösuhteisiin ja niiden perusedellytyksiin (Miettinen, Miettinen, Nousiainen & Kuokkanen 2000, 48). Sitoutuminen työhön, vastuullisuus, itsetuntemus, tiimiosaaminen sekä ammattiosaaminen tunneällyn lisäksi ovat tulevaisuuden osaamisen alueita. Aito sitoutuminen (commitment) näkyy työntekijän tai työryhmän voimakkaana tahtona toteuttaa perustehtävä ja olla luova ja aktiivinen toiminnan kehittämisessä. (Miettinen ym. 2000, 49.)

Elämme jatkuvassa muutoksessa, jonka haasteellisuus on epävarmuuden sielossa ja mahdollisuudessa jatkuvaan uuden oppimiseen. Muutoksessa että ”huomisen” rakentamisessa tarvitaan sekä vanhoja että uusia taitoja. Työyhteis-

söissä tarvitaan yhä enemmän sellaisia työntekijöitä, jotka kantavat vastuun omasta työstä ja sen johtamisesta. Tämä merkitsee vastuun ottamista itsensä kehittymisestä ihmisenä, työntekijänä ja tiimin ja työyhteisön jäsenenä. Itsensä johtamisen tavoitteena on edistää asiakkaan saamaa laadukasta hoitoa ja palvelua kaikissa olosuhteissa. (Miettinen ym. 2000, 8.)

Laadittuani alkuvuodesta 2010 tutkimuslupahakemuksen, ja saatuani siihen myönteisen vastauksen, opinnäytetyöprosessini liikahti eteenpäin. Työharjoittelun yhteydessä helmi-huhtikuussa 2010 toteutin asukkaiden haastattelut. Tämän jälkeen opinnäytetyö sai rauhassa kypsyä syksyyn asti, jolloin opinnäytetyön kirjoittaminen alkoi.

Opinnäytetyöni tekeminen olisi voinut mennä suunnitelmallisemmin ja tasaisemman aikataulun mukaan, mutta niin kuin opiskelijat ovat erilaisia, niin ovat heidän opinnäytetyöprosessitkin. Viimeiset puolitoista vuotta olen ollut kiinteänä osana Sepänkodin asukkaiden yhteisöä ohjaajan ominaisuudessa. Tämä on osaltaan nopeuttanut ja helpottanut opinnäytetyön tekemistä. Suhteeni asukkaisiin ja heidän keskinäisen yhteisöllisyyden ymmärtämiseni on monella tavalla syventynyt ajan kuluessa.

Kirjoittaessani tätä opinnäytetyötä sain huomata, kuinka tiiviissä yhteydessä olin palvelutalon asukkaisiin ja heidän yhteisöönsä. Työvuorosta riippuen olin päivät tai illat asukkaiden parissa Sepänkodissa, ja töiden jälkeen ja vapaapäivinä sama teema jatkui opinnäytetyön parissa. Kaikesta tästä intensiivisyydestä saman aiheen ympärillä tunnen kuitenkin suurta kiitollisuutta haastatteluun osallistuneita asukkaita kohtaan. Haastattelutilanteet olivat ainutlaatuisia kohtaamisia, joissa koen oppineeni paljon niin luottamuksellisesta ja läsnä olevasta kuuntelemisesta ja vuorovaikutuksesta kuin ihmisyydestä ja ihmisarvosta. Asukkaiden haastattelut olivat tärkeitä puheenvuoroja elämän perusasioista. Vastauksissa korostuivat kodin merkitys, turvallisuus, rauha ja kuuluminen johonkin. Monille asukkaille palvelutalon yhteisö on suuri perhe, johon he kuuluvat. Kuten eräs asukas totesi yhteisöllisyydestä, se on:

Sitä just, ettei tarvi olla yksin...

LÄHTEET

- Ammattieettinen lautakunta. Helsinki: 2005. Viitattu 20.10.2010. www.talentia.fi.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hyypä, Markku T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Hyypä, Markku T. 2003. Mielenterveyttä kirkkokuorosta. Teoksessa Valkonen-Korhonen, Minna; Lehtonen, Kaarina & Tuovinen, Timo (toim.) Mielenterveys uusiutuvana voimavarana. Helsinki: Yliopistopaino, 87.
- Kaipio, Kalevi 1999. Kasvattava yhteisö. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus.
- Kettunen, Reetta; Kähäri-Wiik, Kaija; Vuori-Kemilä, Anne & Ihalainen, Jarmo 2003. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.
- Koskisu, Jari 2004. Eri teitä perille. Mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita.
- Kuokkanen, Ritva; Kivirinta, Mervi; Määttä, Jukka & Ockenström, Leena 2007. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Laine, Kaarlo 1996. Muutoksen liekit. Jyväskylä: Gummerus.
- Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 2005/566, 15.7.2005.
- Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2001/189, 2.3.2001.
- Laki kuntoutuksen asiakasyhteistyöstä 2003/497, 13.6.2003.
- Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 1992/785, 17.8.1992.
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812, 22.9.2000.
- Lehtonen, Heikki 1990. Yhteisö. Jyväskylä: Gummerus.
- Lehtonen, Johannes & Lönnqvist, Jouko 2007. Mielenterveys. Teoksessa Heikkinen, Martti; Henriksson, Markus; Lönnqvist, Jouko; Marttunen, Mauri & Partonen, Timo (toim.) Psykiatria. Helsinki: Duodecim, 26–28.
- Lilinkotisäätöjen asumispalvelun laatuvaatimukset 2005.
- Lilinkotisäätöjen palvelutalojen perehdyttämisopas 2009.

Lilinkotisäätiön strategia vuosille 2010–2013.

Lindroos, Jan-Erik & Lohivesi, Kari 2004. Onnistu strategiassa. Helsinki: WSOY.

Mielenterveyslaki 1990/1116, 14.12.1990.

Murto, Kari 1997. Yhteisöhoidon suuntauksia. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus.

Mutka, R.; Mononen, T; Kokkonen, M.; Miettinen, S. & Nousiainen, M. 1996. Yhteisöhoidon merkityksestä Kuopion yliopistollisen sairaalan yleis-sairaala- psykiatrisella osastolla. Kuopio: Kuopion yliopistollisen sairaalan monistamo.

Pentikäinen, Marja 2010. Yksikönjohtaja, Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki. Luento 2.5.

Perustuslaki 1999/731, 11.6.1999.

Pulkkinen, Lea 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Päihdehuoltolaki 1986/41, 17.1.1986.

Pöyhönen, Eveliina 2003. Mielenterveyskuntoutujien klubitalo. Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Stakes.

Rissanen, Päivi 2007. Skitsofreniasta kuntoutuminen. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto.

Ruuskanen, Petri (toim.) 2002. Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Satka, Mirja; Karvinen-Niinikoski Synnove; Nylund Marianne & Hoikkala Susanna 2005. Sosiaalialan käytäntötutkimus. Helsinki: Palmenia-kustannus.

Särkelä, Antti 2001. Välittäminen ammattina. Tampere: Vastapaino.

Talentia 2005. Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Helsinki: Talentia.

Toivio, Timo & Nordling, Esa 2009. Mielenterveyden psykologia. Helsinki: Edita.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelulupa

Annan luvan Diakonia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija (AMK) Kirsi Hillille käyttää haastattelussa antamiani tietoja opinnäytetyöhön, jonka aiheena ovat palvelukodin asukkaiden kokemukset yhteisöllisyydestä.

Olen tietoinen, että voin halutessani keskeyttää haastatteluun osallistumisen ilman, että joutuisin asiaa perustelemaan. Opinnäytetyön haastatteluun osallistuminen ei aiheuta minulle kustannuksia eikä sillä ole vaikutusta asumisoikeuteeni palvelutalossa.

Opinnäytetyöstä ei voi tunnistaa yksittäisten haastateltavien vastauksia ja henkilötietoja. Haastattelumateriaalia käytetään vain tässä opinnäytetyössä ja tulosten kirjaamisen jälkeen kaikki haastattelumateriaali hävitetään.

Helsingissä _____

Allekirjoitus

Nimenselvennys

Liite 2. Kyselylomake Sepänkodin asukkaille

Kysymyksiä Sepänkodin palvelutalon asukkaille heidän yhteisöllisyyden kokemuksista:

1. Mitä mielestäsi yhteisöllisyys tarkoittaa?
2. Mitä palvelukodin yhteisöllisyys sinulle merkitsee?
3. Millaisia myönteisiä kokemuksia sinulla on yhteisöstänne?
4. Onko sinulla ikäviä kokemuksia, jotka liittyvät yhteisöllisyyteen?
Haluatko kertoa millaisia?
5. Millä tavoilla palvelutalon yhteisöllisyyteen liittyviä toimintoja (esim. päivä/viikko-ohjelma, yhteisöpalaveri, vapaa-ajan toiminta) tulisi mielestäsi kehittää, jotta asukkaiden positiivisten kokemusten määrä ja niiden laatu lisääntyisivät?
6. Onko yhteisössänne sellaisia asioita tai toimintatapoja, joihin haluaisit muutoksia? Millaisia ne olisivat?
7. Miten arvioisit henkilökunnan ja palvelutalon vaikuttavan yhteisöllisyyden kokemuksiin?
8. Missä tilanteissa ja miten koet parhaiten osallisuutta ja elämäsi voimaannuttavaa ja toimintakykyä vahvistavaa yhteisöllisyyttä?
9. Millaisia ajatuksia sinulla on yhteisöllisyydestänne tulevaisuuden suhteen? Onko sinulla odotuksia ja toiveita, millaisia? Entä herättääkö jokin epävarmuutta tai huolta yhteisönne suhteen, millaista?
10. Mikä kouluarvosana (4-10) kuvastaa tällä hetkellä parhaiten tyytyväisyyttäsi yhteisöllisyyden kokemustesi suhteen?

Liite 3: Asukkaiden vastausten avainsanat SWOT-nelikentässä

SISÄISET VAHVUUDET:	SISÄISET HEIKKOUEDET:
<ul style="list-style-type: none"> - oma asunto, koti - turvallisuus - huumori & nauru - retket, tapahtumat & juhlat - harrastustoiminta & liikunta - muut asukkaat & ystävät - yhteiset ruokailut - yhteinen tupakointi - tv:n katsominen yhdessä - lääkkeet & mieli tasapainossa - yhteisökokous - ohjaajat & palvelu - keskustelu ja kuulluksi tuleminen - musiikki & karaoke 	<ul style="list-style-type: none"> - riidat, huutaminen & sanaharkka - kiusaaminen - mustamaalaaminen - varastaminen - pummaaminen - vastuun väistäminen yhteisistä tehtävistä - alkoholin käyttö - uhkaileminen & pelottelu - ilkeä käytös - häiriökäyttäytyminen: - oven koputtelu & ovikellon rimputtaminen - ohjaajilla ei ole aikaa
ULKOISET MAHDOLLISUUDET:	ULKOISET UHAT:
<ul style="list-style-type: none"> - itsensä kehittäminen & uudet taidot - mahdollisuus itsenäiseen asumiseen - lisää yhteistä ohjattua toimintaa - retkiä, ulkomaan matkoja, risteilyitä - lisää liikunta & voimailuharjoittelua - terveys & oman kunnon koheneminen - terveys & asukkaiden hyvä vointi - yhteiset ruokailut & kahvittelut 	<ul style="list-style-type: none"> - pelko -> asunnon menetyk - rahat ei riitä - kiusaamista - muiden asukkaiden ja ihmisten pelkääminen - terveys pettää & voi huonosti - turvaton olo -yksinäisyys